

## 1 概要

### (1) 実施時期／時間

平成30年9月10日（月）～平成31年3月31日（日）

17：00 ～ 22：00（受付21：30まで）

※9月と3月は15：00～22：00

### (2) 相談体制

規模：5回線（相談員：5名）

### (3) アカウント名

『相談ほっとLINE@東京』

### (4) 対象

都内在住、在勤、在学で様々な悩みを抱えている方



## 2 実施結果

### (1) 友だち登録数

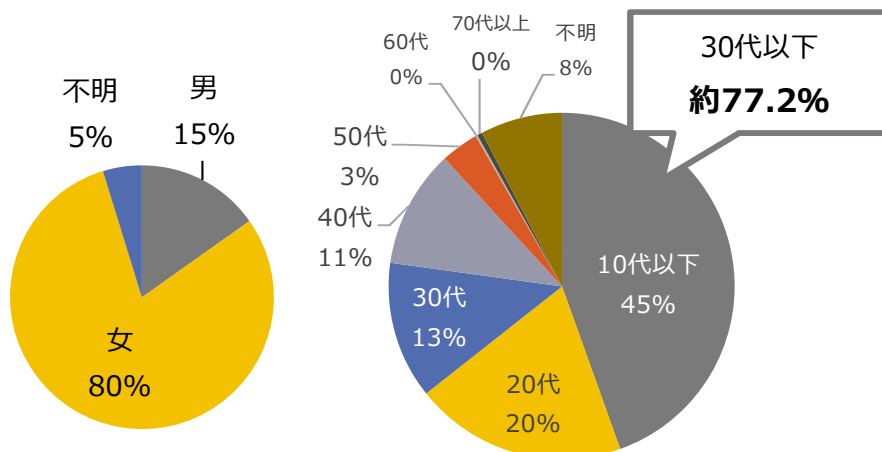
開始時：3,122人 3月31日現在：6,534人

### (2) 相談アクセス／対応数

	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	合計
相談アクセス件数	1,070	647	512	404	371	312	1,073	4,389
対応件数	672	579	489	390	362	310	921	3,723
対応率	62.8%	89.5%	95.5%	96.5%	97.6%	99.4%	85.8%	84.8%

### (3) 相談者の年代別内訳

年代	合計
10代以下	1,426
20代	633
30代	411
40代	352
50代	112
60代	6
70代以上	15
不明	245
合計	3,200

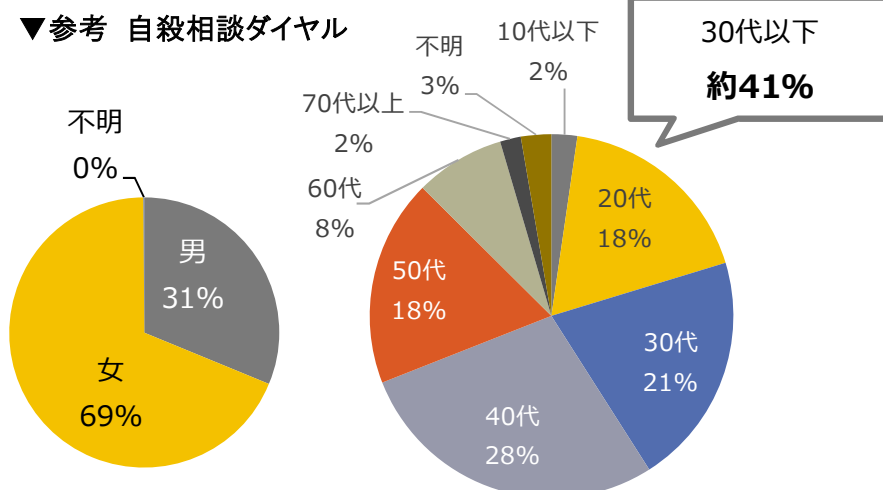


※対応件数の内、相談につながった件数

### (4) 相談内容

主訴	合計
希死念慮	485
精神症状	499
心理的問題	314
家族問題	494
経済問題・DV等	166
家庭内不和	328
職場・就職	170
学校・進路	500
友人・恋愛	348
その他人間関係	93
その他	130
不明	167
合計	3,200

### ▼参考 自殺相談ダイヤル



# 令和元年度「SNS自殺相談」実施結果【速報値】

## 1 概要

### (1) 実施時期／時間

令和元年4月1日（月）～令和2年3月31日（火）

17：00～22：00（受付21：30まで）※9月と3月は15：00～22：00

### (2) 相談体制 5回線（相談員：5名）

## 2 実施結果

### (1) 友だち登録数

3月31日現在：6,534人 12月2日時点：13,906人

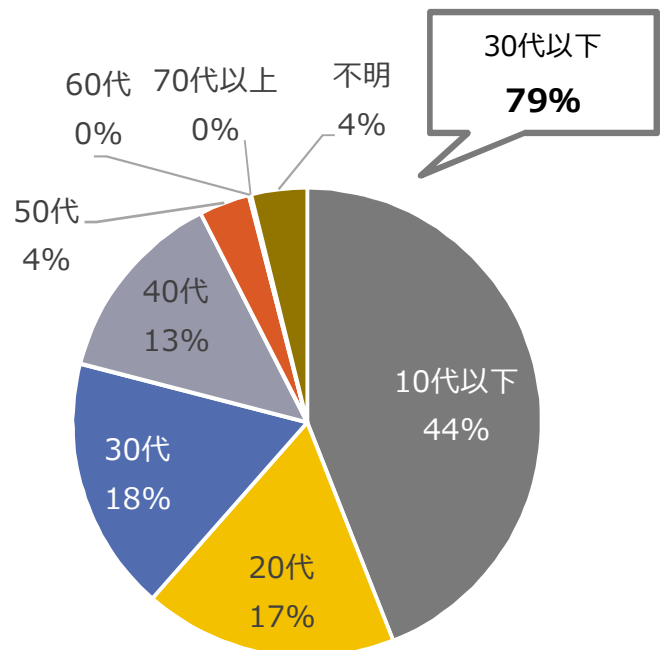
### (2) 件数等 [対応率=対応件数/相談アクセス]

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	計
相談アクセス件数	1,562	1,028	629	1,360	1,519	3,021	1,029	10,148
対応件数	807	650	498	761	722	1,012	656	5,106
対応率	51.7%	63.2%	79.2%	56.0%	47.5%	33.5%	63.8%	50.3%

### (3) 相談者の年代別内訳

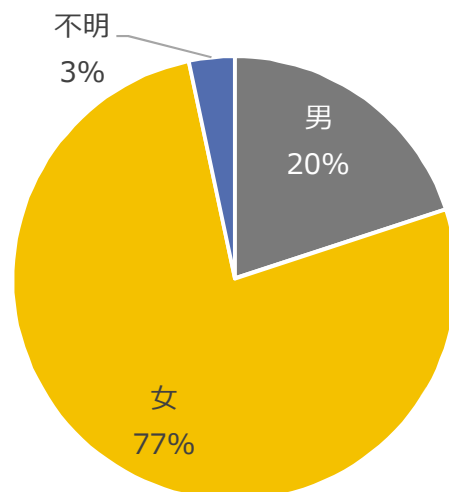
年代	合計
10代以下	2,136
20代	847
30代	852
40代	653
50代	171
60代	5
70代以上	0
不明	188
合計	4,852

※対応件数の内、相談につながった件数



### (4) 相談内容

主訴	合計
希死念慮	512
精神症状	1,107
心理的問題	525
家族問題	599
経済問題・DV等	203
家庭内不和	396
職場・就職	378
学校・進路	824
友人・恋愛	353
その他人間関係	190
その他	103
不明	261
合計	4,852



## 小・中・高校生向けポケット相談メモについて

東京都では、自殺者のうち30歳代以下の若年層の割合が全国と比べて高いことから、都内に在学する児童及び生徒を対象に、自殺の予防に資する情報を提供するため、各年代に応じた相談窓口を掲載した、常時携行可能なポケットサイズの相談窓口一覧を作成し、配布する。

### <平成30年度>

○都内の公立学校へ配布

【配布校数】 ①小学校 1,282校、②中学校 625校、③高等学校 192校、④特別支援学校 77校

【配布対象】 小学5年生、中学1年生、高校1年生

【配布時期】 平成30年9月末

### <令和元年度>

○公立学校に加え、都内の私立・国立学校へ配布

【配布校数】 ①小学校 1,339校、②中学校 817校、③高等学校 444校、④特別支援学校 85校

【配布対象】 小学5年生、中学1年生、高校1年生

【配布時期】 令和元年7月上旬(夏休み前)

#### 【小学生】

(外側)



(内側)



#### 【中学生】

(外側)



(内側)



#### 【高校生】

(外側)



(内側)



## 東京都自殺総合対策計画 ～ ころといのちのサポートプラン ～ (平成30年6月策定)

### ➤ 東京都における今後の方向性

#### ○働く人の自殺を防ぐ

都内の企業数は全国の約12%を占めており、他道府県と比較して企業が集積しており、労働者数が多いことから、職場におけるメンタルヘルス対策を推進し、働く人の自殺を防ぐ取組を行います。

### ➤ 東京都における施策 重点施策に位置付け

- |                 |                 |                  |
|-----------------|-----------------|------------------|
| 「職場における自殺対策の推進」 | ・メンタルヘルス対策等の推進  | ・ライフ・ワーク・バランスの推進 |
|                 | ・ハラスメントの防止      | ・企業経営者等に対する理解促進  |
| 「若年層対策の推進」      | ・企業経営者等に対する理解促進 |                  |

☞ 職場において、ころの健康づくりや自殺防止対策に取り組むことにより、自殺に追い込まれない職場環境を作り、早期に適切な関係機関へつなげるなど、自殺防止に寄与していく。

## 平成30年度実施状況

### ～ 経営者、人事労務担当者、健康管理担当者等向け ～

#### パンフレット「働く人のころといのちのサポート」作成・配布

- 【内容】：職場全体で自殺対策に取り組む必要性等
- 【配布先】：事業者団体（東京商工会議所、さんぽセンター等）、行政機関等
- 【配布部数】：23,000部

#### 職域向け講演会の実施

- 【対象】：企業の経営者、人事労務・健康管理担当者等
- 【実施状況】：平成31年1月30日 34名参加、2月19日 75名参加  
「働く人のころといのちのサポート」
- 【アンケート結果】：参考になった（85%）
  - ・ナラティブアプローチが参考になった、活用したい。
  - ・若手社員の対応のヒントになった。事例を聞きたかった。等

### ～ 従業員向け ～

#### 企業内啓発テキストデータ作成

- 【内容】：職場内研修や社内報等で活用できるよう、メンタルヘルスの基礎知識や困ったときの相談先などの情報を、PDF（A4版、A5版）及びテキストデータ形式で作成し、HPに掲載

#### 令和元年度 職域向け講演会の実施

- 【対象】：企業の経営者、人事労務・健康管理担当者等
- 【実施状況】：令和元年11月29日 56名参加、令和2年1月27日 86名参加  
「若手社員の職場適応の支援を考える」
- 【アンケート結果】：参考になった（93%）
  - ・事例紹介が参考になった、もっと聞きたかった。
  - ・ディスカッションが参考になった。等