

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



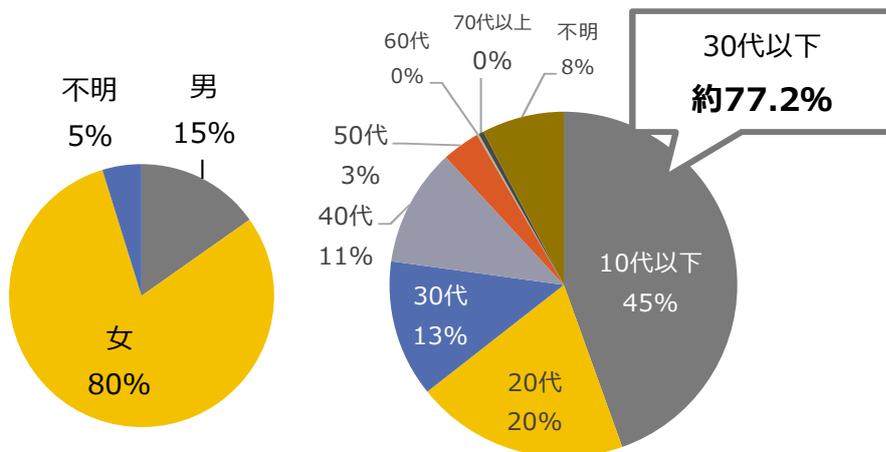
2 実施結果

- (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

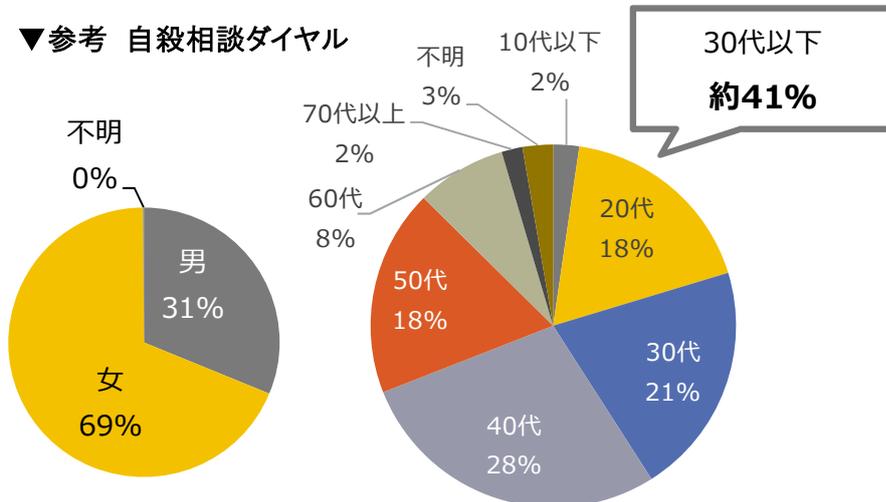


※対応件数の内、相談につながった件数

(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

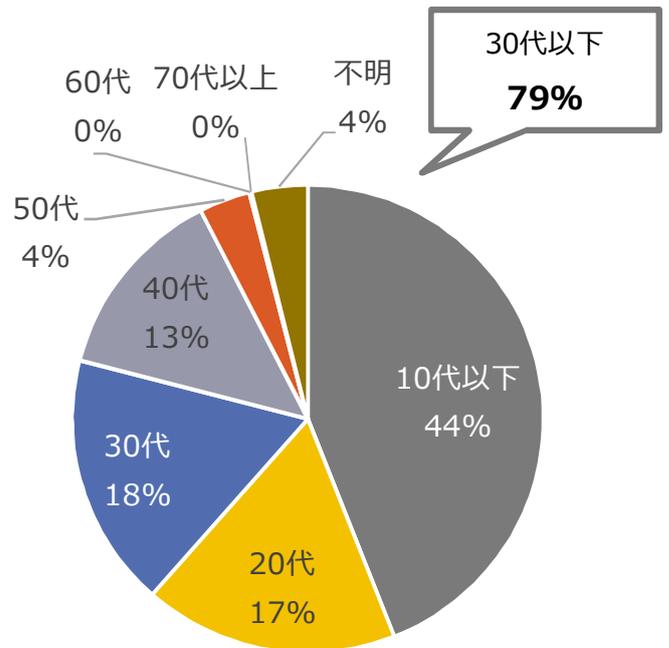
### (2) 件数等 [対応率=対応件数/相談アクセス]

	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

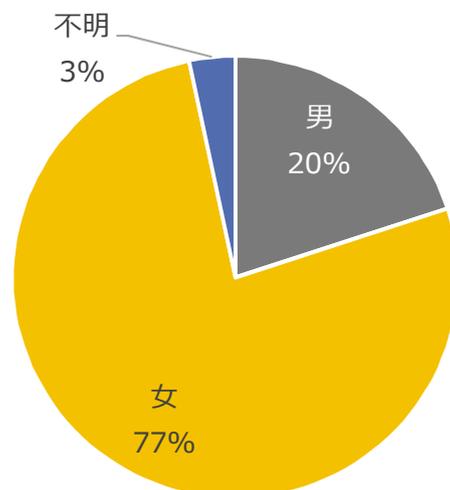
年代	合計
10代以下	2,136
20代	847
30代	852
40代	653
50代	171
60代	5
70代以上	0
不明	188
合計	4,852

※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