

第2期茅ヶ崎市自殺対策計画の策定に係る意見交換会 意見まとめ

〈開催概要〉

日 時： 令和5年8月25日（金）

場 所： 茅ヶ崎市地域医療センター等複合施設 2階講堂

参加人数： 8名

概 要： 冒頭に自殺対策の現状と取組として、国および県、本市の自殺の現状と自殺対策計画策定の経緯といのち支えるちがさき自殺対策計画（第1期茅ヶ崎市自殺対策計画）について説明をした。
その後、グループに分かれ「自殺対策に必要なだと思うこと」また、「子どもにおける自殺対策」「女性における自殺対策」では、要因と対策に分けて意見交換を行った。

【自殺対策に必要なこと】

〈ライフサイクルに合わせた孤立対策〉

- ・ 個人的な支援だけではなく家族全体の支援が必要。
- ・ 学校、職場に復帰しやすいような支援が必要。
- ・ 引きこもり、子育て、介護で生じる孤立を防ぐために市民団体とつなげる。
- ・ 企業にも相談員を派遣して相談体制を整える。

〈茅ヶ崎市の特徴を活かした対策〉

- ・ 茅ヶ崎市の自然環境を活かして、誰でも気軽に集えて楽しめるイベントの開催をする。
- ・ 声掛けや挨拶で自殺対策をする。

〈自殺対策に関わる人材の育成〉

- ・ ゲートキーパー研修を充実させる。
- ・ 子どもたちの相談で多い困りごと、相談内容、相談方法を教育現場へ周知して支援する。
- ・ 専門職や教員、相談現場の方の精神障がいの理解が必要。
- ・ 教員のサポートを行う。

〈自殺の要因となり得るものへの対策〉

- ・ 海などの自殺が多いとされる場所の対策。
- ・ 病気の診断後の継続的な支援をする。
- ・ 不登校の方へのアプローチをする。
- ・ 病気を予防する。

〈周知・普及啓発を推進する〉

- ・ 相談窓口の情報を回覧版や掲示板を活用して周知する。
- ・ 全世帯に相談機関の情報を載せたリーフレットを何度も配布する。
- ・ 自殺対策週間を増やす。
- ・ IT、SNS を利用してターゲット層に合った情報発信をする。
- ・ 動画投稿サイトを活用して子どもへ声掛けの啓発をする。
- ・ 「いのちの電話」を利用しやすいように、ポスター作成をコピーライターに依頼する。
- ・ 海外の効果的な宣伝方法を取り入れる。
- ・ 学校ごとに自殺対策のセミナーを開く。
- ・ 茅ヶ崎ラジオを活用して啓発する。

〈精神科医療につなぐための支援〉

- ・カウンセリングや心療内科にかかりやすいきっかけ作りをする。
- ・精神科に受診するステップ作りとして、訪問看護を活用する。
- ・なかなか受診できないので精神科や診療内科を増設する。
- ・受診のハードルを下げる。

〈相談体制の充実〉

- ・茅ヶ崎にも自死遺族会がほしい。
- ・個人、家族の困りごとをすぐ対応できる場所がほしい。
- ・死について話せる場所があったら良い。
- ・24時間対応できる電話相談があったら良い。
- ・子育て中の親子の居場所が必要。
- ・相談しよう、誰かを頼ってみようと思える環境づくり
- ・相談後のフォローが必要。
- ・健康や心について定期的な相談ができるように、心の定期健診があると良い。
- ・避難場所として、駆け込める場所や逃げられる場所が必要。
- ・医療現場や児童相談所の声を聞く。

〈他機関と連携した支援〉

- ・行政と民間で連携して孤立されている方に弁当配達やフードパントリー（食品の無料配布）を行う。
- ・行政と病院の連携を徹底する。
- ・民生委員と包括支援センターで独居世帯へ訪問する。

【子どもにおける自殺対策】

子どもの自殺につながる要因

- ・ネグレクトなどの虐待。
- ・コロナ禍により家で過ごす時間が増えたことでの家庭不和。
- ・母親が追い詰められて、暴力、虐待などの家庭不和。
- ・いじめの裏には見えない貧困がある。
- ・親の非正規雇用などによる経済的貧困。
- ・産後うつや子育てによる孤立。
- ・理解のないままのインクルーシブ教育
- ・「転生」「死」がプラスに捉えられているのではないか。
- ・受検、就職で希望が叶わない。
- ・就職しても仕事内容が大変であり社会が厳しい。
- ・コロナ禍で学校での行事、部活が無くなったことで人間関係が希薄している。
- ・SNSの普及。
- ・大人、こどもでのいじめ、仲間外れ。

子どもの自殺対策につながること

- ・学校でいのちの授業を行い、周知、普及啓発をする。
- ・産後ケア、ファミリーサポートの充実で孤立を防ぐ支援をする。
- ・教員、NPO法人などの支援者の育成をする。
- ・支援者の座談会などを開催して支援者の支援を継続的にする。
- ・いじめの早期発見をする。
- ・個性を認める教育が必要。
- ・子どもの価値観を尊重する。
- ・各地域のボランティアセンター、放課後デイなどを通して子どもの居場所づくりをする。
- ・子どもが逃げられる場所として「子ども110番」の充実を図る。
- ・子どもを地域で見守る仕組みづくりが必要。

【女性における自殺対策】

女性の自殺につながる要因

- 仕事、結婚などによるライフサイクルの変化。
- 時代による育児の変化。
- 家事、育児を母親が一人で抱え込むことによる孤立。
- 環境の変化や友人等の人間関係の変化による一時的な孤立。
- シングルマザーの心理的、経済的な困難。
- ホルモンバランスに影響した体調の変化。

女性の自殺対策につながること

- 子育て中の孤立感を共有することができる場所を作る。
- 家族同士のつながりを持ち、離れて住んでいても定期的な連絡や訪問をして孤立を防ぐ。
- 性やLGBTQへの理解をする。