

令和7年度茅ヶ崎市自殺対策計画推進委員会会議録

議題	<p>(1) 茅ヶ崎市の自殺の現状について</p> <p>(2) 令和7年度 自殺対策に関する取組について</p> <p>(3) 令和8年度 自殺対策に関する取組について</p>
日時	令和8年3月27日(金) 14時00分から16時00分
場所	茅ヶ崎市地域医療センター等複合施設2階講堂
出席者氏名	<p>(出席委員)</p> <p>鈴木剛委員長、山本信和副委員長、野口研委員、鄭美佐子委員、丸山泰委員、小野厚子委員、沼澤弘税委員、藤崎正委員、一星裕子委員</p> <p>(欠席委員)</p> <p>朝倉利之委員、若林英俊委員</p> <p>(事務局) 保健所保健予防課</p> <p>前田副所長、守村課長、深澤課長補佐、上田副主査、小清水主任、小林主任</p>
会議資料	<p>【資料1】茅ヶ崎市の自殺の現状について</p> <p>【資料2-1】令和7年度 自殺対策に関する取組について</p> <p>【資料2-2】茅ヶ崎市自殺対策計画 進捗管理シート</p> <p>【資料3】令和8年度 自殺対策に関する取組について</p> <p>【参考資料】自殺対策基本法の一部を改正する法律の概要</p>
会議の公開・非公開	公開
傍聴者数 (公開した場合のみ)	0人

○鈴木委員長

それではただいまより、令和7年度茅ヶ崎市自殺対策計画推進委員会を開催します。  
議事に進む前に、事務局より委員会について事務連絡をお願いします。

○事務局

本日は、お忙しい中お集まりいただきましてありがとうございます。茅ヶ崎市保健所保健予防課の守村でございます。よろしくお願いいたします。

本日の出席委員は、9名でございます。出席委員の過半数以上のため、茅ヶ崎市自殺対策計画推進委員会規則第五条第2項により本委員会は成立しております。

なお、本日、若林委員と朝倉委員は欠席でございます。

また、今回の会議録署名人は、鈴木委員長と鄭委員にお願いしたいと思います。後日、会議録を市ホームページで公表をさせていただきますので、よろしくお願いいたします。

本日傍聴人はいらっしゃいません。

それではここで、茅ヶ崎市保健所副所長の前田からご挨拶申し上げます。

【副所長挨拶】

○事務局

本日の資料につきましては、事前に郵送しておりますものをお手元にご用意をお願いいたします。お持ちでない方については、事務局までお声がけいただきたいのですが皆様大丈夫でしょうか。

なお、本委員会は会議録作成のため録音させていただきます。

また、ご発言いただく際には、ボタンを押して赤いランプがついたことを確認の上、マイクに向かってお話しくださいますようお願いいたします。発言が終わりましたらボタンを押して、赤いランプが消えたことをご確認ください。

以上でございます。

○鈴木委員長

それでは、次第に従って進めて参りたいと思います。

議題1としまして、茅ヶ崎市の自殺の現状について、事務局より資料の説明をお願いします。

○事務局

茅ヶ崎市の自殺の現状についてお話をさせていただきます。

「【資料1】茅ヶ崎市の自殺の現状について」に沿って説明。

○鈴木委員長

説明ありがとうございました。ただいまの事務局からの説明について、ご質問等ございますでしょうか。ありましたら挙手でお願いをいたします。

○藤崎委員

冒頭の副所長ご挨拶でもありました通り、全国の小中高生のうち自殺で亡くなった方が538名のことでしたが、茅ヶ崎市の年齢別推移では令和7年の20歳未満の自殺者が3名となっており、また職業別推移においても、学生生徒が2人となっております。この統計の中に小中高生が何人含まれるのか、内訳がわかれば茅ヶ崎市の状況を教えてください。

○事務局

こちらは、厚生労働省が公表しているデータから数字を持ってきておりますので、さらにここから20歳未満の細分化した小中高生のデータは、我々も持ち合わせていないという状況でございます。

○藤崎委員

全国では小中高生というくくりで538名ということですね。

茅ヶ崎市の人口が約24万人ですから、茅ヶ崎市の人口は全国の約500分の1だと思います。その率からいうと、全国の538名に対し、1名程度が茅ヶ崎市の1年間の数字かと思いますが、この7年間の合計で20歳未満、つまり19歳以下という方が12名ということですので、この7年間で平均すると2名近い方が亡くなられているということですね。そういった点では、茅ヶ崎市は若い層の方の自殺が全国比率に対しては少し多いのかなと思います。いわゆる10万分の1の自殺死亡率で言うと、茅ヶ崎市は全国よりもだいぶ低いですが、若い方は統計的に言うと多いのかなと感じました。

○鈴木委員長

ありがとうございました。

詳細なデータというのはなかなか難しいということと、かなりセンシティブな内容であるため公表しづらいということもありますので、そのあたりを自治体で把握するというのは難しいのかとは思いますが。

○沼澤委員

茅ヶ崎警察署の沼澤といいます。

茅ヶ崎警察署で把握をしている男女別の推移を見ると、男性が多いという傾向があります。また、年齢別でもみても幅広い年齢層の方が亡くなっている状態であり、事務局から提示のあった統計と

も合致していると感じています。

さらに、自殺未遂者は自殺者の約3倍で、30代以下の若い世代の自殺未遂が圧倒的に多い現状です。また、自殺未遂者の8割がオーバードーズをしており、若い世代のオーバードーズを抑えることが自殺予防につながるのではないかと考えます。

#### ○鈴木委員長

沼澤委員、ありがとうございます。

実際、警察官の方が現場に行かれて、ご遺体が発見されてから捜査で上がってきた原票のものになりますので、それが実際の発見地と実際の住所地等で入れ違いがありますから、数字がずれてくることもあるかとは思いますが。

「自殺未遂はオーバードーズが多い」というのは、救急隊が運んだ数字と三次救急の病院が受け入れた数字の調査を5年前に川崎市でおこなった際には、やはり同じく20代～40代の女性の方が多く、市販薬と抗精神病薬のオーバードーズが多かったという調査結果が出ました。これは川崎市のホームページに出ておりますので、ご興味ある方は見ていただければと思います。

続きまして、次の議題に移りたいと思います。議題2の令和7年度自殺対策に関する取り組みについて、事務局より説明をお願いいたします。

#### ○事務局

令和7年度自殺対策に関する取り組みについて、ご説明させていただきます。

「【資料2-1】令和7年度 自殺対策に関する取組について」「【資料2-2】茅ヶ崎市自殺対策計画 進捗管理シート」に沿って説明。

#### ○鈴木委員長

ただいま事務局から説明がありましたことを踏まえて、皆様の今のお立場からということで各委員からご発言をいただければと思っております。

山本委員からお願いします。

#### ○山本副委員長

相州メンタルクリニック茅ヶ崎の山本と申します。

まず、令和7年度の報告の方からいきますと、70歳代から80歳代の高齢者の自殺者が多いということでした。これは、以前から問題となっている生活苦、孤独、健康問題ということが挙げられておりますが、これらに対しては、これまでの取組通り地域の繋がりを目指していくという方向でよいのではないだろうかと思っております。

次に、自殺未遂者の統計について、これがどこまでカウントされているのかと思います。外来診察をおこなっていると、自殺未遂で大きな病院に運ばれて、その後の診察を希望する方もいらっしゃいますが、「また薬を飲んでしまった」「また切ってしまった」というようないわゆる自殺未遂というのにはカウントされない、よく氷山の上に出ているのは少力で、下のほうが大きいという絵がよく出てくると思いますが、そういった感じでオーバードーズや自傷行為など、私は摂食障害も半分自殺未遂じゃないかと思っていますが、そういった方たちをどこまで援助できるのだろうかと思います。

実際に来た患者さんの中には、学校が楽しくない、相談できる友達がいない、悩み事を親に相談しない若しくはできないなど、要するに若い人たちなりの生きづらさというところの表れで行動化してしまっているのだと感じています。

ですからそこまでの行動化とならないように、どうやって抑えていくのだろうかと考えます。学校だけではとても無理でしょうし、我々のような一医療機関だけでも無理でしょう。そういった部分が大人と異なり、子どもの相談場所みたいなものをどうやって作っていくのだろうかという疑問があります。

茅ヶ崎市の統計とは異なりますが、自殺の一番のリスクファクターは自殺未遂だと私は思っています。ですから、その未遂の段階でどこまで拾えるかということが今後の計画に入ってくるとよいのではないかと思います。

ただ、そうは言いながら、令和7年の自殺死亡率が11.7ですね。去年は15.3ですから、令和7年では3.6下がっています。ですから、目標の9.0には近づいており、取組としてはうまくいっているのではないかと考えております。

#### ○鈴木委員長

では、沼澤委員お願いいたします。

#### ○沼澤委員

茅ヶ崎警察署 生活安全課長の沼澤です。

泣き崩れる遺族たちを身近に見ていると、自殺の数が本当に減ればいいなというふうに我々警察は思っておりますが、自殺の動機は人それぞれで、失恋や受験の失敗、精神疾患、仕事、人間関係など様々な要素があります。オーバードーズが多い若年層の未遂をどうやって抑えていくかというところが大きいところかなと思っています。特に、自殺者が若年層になればなるほど親御さんの発見したときの悲観など、本当に大きいところです。何とか様々な連携をして、そういう数が減っていけばいいなというふうに思っております。

#### ○鈴木委員長

野口委員、お願いいたします。

## ○野口委員

藤沢労働基準監督署の野口と申します。よろしく申し上げます。

私からは、「いのち支える茅ヶ崎自殺対策計画」の77ページに記載されている「重点施策10 勤務問題による自殺対策をさらに推進する」に掲げられている(1)から(3)に関連して3点ほど申し上げたいと思います。

まず、1つ目として、仕事を原因とする精神障害の労災認定についてお話しします。

職場における長時間労働やハラスメントなど、仕事が原因で精神障害を発症して自殺または自殺未遂した方で、全国の労働基準監督署で労災認定された件数は全国では毎年80件ほど、神奈川県では5件前後で推移しております。また、仕事が原因で精神障害を発症した方で労災認定された件数は、令和5年度の数字では全国で883件、神奈川県では50件でした。このうち、医療や福祉業に勤務する方の占める割合が最も高く、全国では25%、神奈川県では20%を占めており、医療や福祉の現場で働いている方が精神障害で労災認定される傾向は、毎年高い数字で続いております。

藤沢労働基準監督署が管轄する地域は、藤沢市と鎌倉市、茅ヶ崎市、寒川町の湘南地域となりますが医療や福祉業の事業所の数が約3000件あり、勤務する労働者の方も4万5000人ほどいらっしゃって、比較的多い業種になります。この湘南地域は、介護施設や病院が数多く立地していることが特徴であるため、勤務する労働者も多いという状況です。

その一方で、医療福祉業で勤務している方で、精神障害を発症して労災認定される割合が高いという先ほどのデータもありますので、医療福祉業の働き方を考えるということが必要かなと思います。一般的には医療や介護施設の現場は、慢性的に人手不足の状態、職員の方の心身に余裕がない中で長時間労働をやっていたり、あとはハラスメント被害を受けたり、そういった可能性もありますので、こういった医療福祉業が多いというこの地域の業種の特性を考慮して、今後、茅ヶ崎市の自殺防止対策を進めていくとよいのではないかなと思います。

ハラスメント対策としては、以前にもこの場で紹介したことがありますが、厚生労働省のホームページに「明るい職場応援団」というサイトがありまして、職場のパワーハラスメント対策の動画の紹介や、カスタマーハラスメント対策、就職活動ハラスメントなどの対策動画も掲載しておりますので、周知活動にご協力いただければと思います。

次に2点目です。職場のメンタルヘルス対策について申し上げます。

職場のメンタルヘルス対策として、厚生労働省が作成しているサイトがあります。名称は、「働く人のメンタルヘルス・ポータルサイト こころの耳」というものです。こちらのサイトでは、全国各地の企業で取り組まれた職場のメンタルヘルス対策の事例が具体的に紹介されております。産業構造の変化によって、仕事の内容がものづくりから対人サービスへ変化してきたということで、以前に比べてコミュニケーションを重視する仕事が増えています。それに伴って、対人関係に伴うストレスも増加しているのかなと思います。先ほど申し上げた介護や医療の分野が該当してくると考えられま

す。

その対策として、労働者自身でセルフケアしていただくのも大事ですし、職場の管理職などによるラインケア、会社の相談窓口の設置、労働者の家族との連携が重要だと考えます。一旦休職などをしてしまいますと、職場復帰のサポートなどの取り組みも必要になってきますので、そういった家族との連携の事例などもありますので、「こころの耳」というサイトの周知にご協力いただけたらと思います。

また、中小企業を対象にしたものとして、メンタルヘルスの専門家が無料でメンタルヘルス対策を支援するという、サービスを神奈川産業保健総合支援センター、こちら横浜市の神奈川区にありますが、そういった中小企業のメンタルヘルス対策を無料で支援しているサービスもありますので、併せてこの場でお知らせします。

最後に3点目として、企業の倒産件数の増加についてということをお願いしたいと思います。

新聞などの報道によりますと、2025年に首都圏の小規模企業で倒産した件数が増加しているという報道があります。その要因として、金利の上昇や、原材料費や人件費の高騰で資金繰りが悪化して、中小企業の倒産が増えているというふうに指摘されております。さらに、最近のイラン情勢による原油高や円安により、今後もこのインフレ傾向というのは続くことが予想されます。すると、このインフレに対応できない中小企業の倒産や事業の閉鎖が今後も増加し、中には賃金が支払われないまま解雇されるケースも発生する可能性があります。

その場合は、労働基準監督署における未払い賃金の立替払制度というセーフティネットがあります。また、ハローワークには雇用保険の失業保険給付もありますので、今後ともこういった制度があるということの周知にご協力をいただければと思います。

#### ○鈴木委員長

藤崎委員お願いいたします。

#### ○藤崎委員

今でも随分取り組んでいただいておりますが、ぜひ児童、生徒、学生に対する自殺防止をお願いしたいと思います。

実は、3月2日に市議会の傍聴をさせてもらいまして、その時に市議会の中でも児童生徒に対する自殺防止や或いは不登校対策などが議会でも取り上げられて、質疑されているのを傍聴させていただきました。

一昨年我々で話し合っただけで計画を策定し、これだけの重点施策に対して各課がこれだけ取り組んでいただいているということ、資料2-2を通じて事前にじっくり読ませていただきました。その中で、「重点施策1(2)児童生徒の自殺対策に資する教育の実施」ということで、市内の小・中学校では講師の方をお招きして、いのちの安全教育というのを実施されているということでした。こうい

ったことは、ぜひ引き続き令和8年度も、各学校での取り組みをやっていただくことが本当に大事な  
ことじゃないかなと思います。高校は県立高校ですと市の対応というわけにはいかないのかもわかり  
ませんが、こういった取組は大事なことだと感じています。

あわせて、不登校の子どもに対する支援については、様々な取り組みをされているかと思いま  
すが、各自治体で様々な取り組みをしているようなので、市議会でも質疑がありました。ぜひ茅ヶ崎  
市も不登校の児童生徒に対する対策の強化を引き続きお願いできればと思います。

#### ○鈴木委員長

それでは丸山委員、お願いいたします。

#### ○丸山委員

丸山でございます。民生委員を代表して出席しておりますので、「地域」ということでお話しま  
すと、地域自殺実態プロファイル2025内の「地域の主な自殺者の特徴」で見ますと、1位・2位・  
3位は、まさしく民生委員が見守りの対象としている年代であり、その方々が残念ながら自殺をされ  
ているという統計でした。これを踏まえて、我々民生委員が行政或いは包括支援センターと連携した  
形で、どのようにこういった方々が自殺に至らないように見守りをしていくかということが非常に大  
事なことであろうと考えております。

私が居住している海岸地区の東海岸では、包括支援センター、行政、民生委員、自治会の一部が連  
携して、現在、2つの施策をおこなっております。

まずは、80歳以上の独居高齢者に対して、12月に年末慰問品の配布をしております。これは面  
前受け取りという形で、昨年の12月は450世帯にカステラを配布いたしました。これは地区社協  
のバザーの売り上げを充てて、民生委員がそれぞれ調査した対象者に対して届けていくという取組  
みです。そこで、対象の方と「1年間頑張りましたね」なんてお話をしながら相手の様子を伺い、それ  
を包括或いは高齢福祉課や所管につないでいくということで見守りをしていこうよという目的のもの  
です。

もう1点は、高齢者実態調査をおこなう目的で、各民生委員の手元には地域の高齢者の台帳が来て  
おります。これをベースにして、海岸地区では、民生委員、包括支援センター、地域福祉課、自治会  
の一部、個人情報の問題がありますので自治会に対して情報を流すわけにはいかないというなかで、  
自治会の一部が連動した形で、独居高齢者の見守りネットワークというものを組んでおります。現  
在、約260名の登録者の方がいらっしゃいまして、「この方については見守りをしましょうよ」と  
いう形で情報共有をしております。見守り先或いは特に独居の方を中心にしておりますので、家族  
の緊急連絡先などを共有して、何かあったときに常に対応ができる形、何かがあってはいけないの  
で、できるだけそういう形のネットワークを広げていこうということで取り組んでおります。ただ、  
自治会との問題としては、自治会会員は75%弱ぐらいですので、そこから漏れてしまう方々の情報

は、民生委員は情報を持っていても個人情報の問題で自治会に情報を流すことができず、見守りをしてもらえない。自治会側は、依頼いただければ見守りもしていただけるということですが、個人情報の壁で言えないこともある中で、地域としてできることをしていこうというような形で進めております。

「いのち支えるちがさき自殺対策計画」でいうのであれば、「重点施策5 地域における自殺リスクを低下させる」が、様々な施策を行政側で練ってくれていますが、地域の方に周知されているかという、なかなか周知されていないという現状があります。ですから、こういった施策が、地域、包括支援センター、行政の地域担当のそれぞれが、いい形でスムーズな連携をして元気に生活をしている独居高齢者等を温かい目で見守る。そうした中で、サロンなどの居場所づくりをしながら、少しでもリスクを低下させていこうというようなことを、地域としてはできる範囲の中でやっていこうとしております。

こういった様々な問題の中で、地域は地域でできることがありますので、個人情報の壁を取り除いた形で、行政の所管の方々からも「こういう方々がいらっしゃいます。普段の日常生活で見守っていただきたい」というお話があれば、我々ができることをしていくような形をとっていきたいと思っております。

特に障害のある方々というのは非常に難しいです。障害のある方々で、特に親が高齢であるという方々の場合、残念ながら見守り拒否というようなご家庭もあります。「ほっといてください」と言われてしまうと、こちらもなかなかそれ以上手が出せない。これは、1つは自殺リスクという問題とあわせて、もう1つは災害時の対応ということにも関わってくるかと思えます。

「ほっといてください」或いは災害時に助けては欲しいが、普段は子どもを隠してしまうというようなご家庭だと、お母さんは悩んでいるのだらうなあということが感じられます。海岸地区の中では6世帯ほどそういうご家庭があり、どのように連携をしようかということを考えているところです。あるご家庭だと、86歳の男性で奥様が亡くなられて、お子さんは57か58で精神障害を抱えていらっしゃるから、子どもを1人にさせられない、死んでも死にきれないとおっしゃっていました。その他にご家族もいらっしゃいますが、そこまでは面倒みきれませんということで、ほとんど疎遠になってしまっているというようなケースもありました。こういった方をどのように見ていくかというのは、行政も包括も我々も、壁にぶち当たってしまいどうすればいいんだろうかなどと、様々な問題を地域で抱えています。

子どもという観点では、海岸地区でも学校と地域がいろんな意味で近い関係になっています。昨日の第一中学校の学校運営委員会の中で、やっぱり不登校の生徒が15名いるということでした。そういった中でも、不登校の子の卒業式をほかの生徒と分けて校長室で執り行うなど、非常に気を使われてやっているということでした。

そういったことも踏まえて、学校と地域がざくばらんに話せる関係になっておりますから、地域ができることは少しずつやっていこうということで地域一生懸命で今後も頑張っていきますので、で

きることは何なりと言っていたいただければと思います。ひとつよろしく願いいたします。

#### ○鈴木委員長

非常に多方面に活動されていて、たくましい民生委員さんの方たちがいることを実感させていただきました。ありがとうございます。

包括の立場ということで鄭委員、お願いいたします。

#### ○鄭委員

私は小出地区、茅ヶ崎でも一番北側の地区を担当しております、包括支援センターわかばで保健師をしております、鄭と申します。

先ほど高齢者、介護保険の対象の方たちは、積極的な自殺行為というよりは、山本先生から摂食障害のお話があったように、セルフネグレクトで介入が難しい方が、どこの包括にも一定数いらっしゃいます。

2年ほど前に私が関わった、お子さんがなく、奥様も亡くなられ、心疾患を抱えたひとり暮らしの方は、病院から受診を勧める連絡があっても、「今日はどうしても行けない。明日行くから大丈夫。」ということをして繰り返しているうちに、お向かいの方から、「朝になったら消えているはずの電気がついているのだけど…」というご連絡をいただいて、結局警察の方を呼んで対応したというようなことがありました。丸山委員がおっしゃる通り、様々なアプローチをしてみても、ご本人の「こうしてくれたら病院に行く」などの行動変容の条件をクリアすることが難しく、その条件を整えようとしているうちに、心臓が止まってしまう状況となってしまうこともあります。民生委員さんをはじめ、ご近所の方が心配して下さっているけれども、助けられなかった。これは、今日の（自殺者の）データにカウントされませんが、ある意味では自殺行為ともとれる行動です。「セルフネグレクト」のケースについては、地域や行政と情報共有するためのアセスメントシートの研究や、それを取り入れた支援方法の研究などがされていますが、支援が難しい状況です。

8050問題で、子から親への暴力が発生している状況では、分離の支援となるのですが、支援者は逃げて欲しいけれども、親世代は逃げない。そうしているうちに、親は加齢とともに弱っていき、昔と同じ力で子どもに突き飛ばされたりすることで、骨折したり頭を打って救急搬送されたりと大きなケガにつながってしまう。それでも、どうしても子どもからは離れたくないとなると、誰も両者を引き離すことができないというジレンマにはよく直面しています。

丸山委員がおっしゃる通りで、関係機関をはじめとした皆で状況を共有し現状を把握した上で、皆で見守りながら、有事の際には救急車を呼んだり警察を呼んだり、何とか命がなくならないように地域の方と連携してやっていくしかないと感じています。また、人の気持ちを動かすことは、本当に難しいことだと日々実感しています。

また、介護の世界では、ヤングケアラーについても話題になっております。包括支援センターわか

ばの地区では、ヤングケアラーで追い込まれている子ども世帯がいるという情報は入っておりませんが、そういった課題を抱えている方が地域にいらっしゃるかも知れないというつもりで、日々地域の方とも連携をとらせていただくようにしている状況です。

○鈴木委員長

それでは、小野委員お願いいたします。

○小野委員

日頃より、子どもたちの見守りをさせていただきありがとうございます。

先ほどから話題に出ておりますODやリストカットということは、茅ヶ崎市だけではなく他市町でも大きな課題となっているところですので。また、そのような行為に及ぶ理由が大変多様なものになっておりますので、どう対応していくかについて学校の教職員やスクールカウンセラーともに連携はしておりますが、なかなか追いついていないという現状です。

あわせて、SSWも含めて、各学校に毎日配置をしていただけているわけではございませんので、SSWがいないところをどのように埋めるかという点も課題の1つと考えます。

そうしますと、資料2-2にあります通り、市の小中校長に対して「生命（いのち）の安全教育」の研修会は実施したとなっておりますが、教職員に対しての研修も必要であると考えます。子どもの変化に気づく力という点では、学校の中だけではなく専門性のある方からご指導いただくことが必要かと考えております。

子どもたちに対しては、様々な講演会等を実施していただいておりますので、引き続きそういった機会を頂戴できればありがたいと思っております。

教職員の研修については、昨年度、東京のNPO法人で自殺未遂をされた女性の方からのご講演を聞く機会がございまして、大変衝撃的ではありましたが、自殺の危機経路に繋がるものについて、私たちだけではなく教職員も少し知っておいたほうがいいのかと感じております。

引き続き1つの命を守るために、皆さんどうぞお力をお貸しいただければと思います。よろしくお願いいたします。

○鈴木委員長

一星委員お願いいたします。

○一星委員

市民の立場からということで、市民委員になっております一星と申します。

本委員会の委員の方々は、自殺を減らしたいという思いでご出席されていると思いますが、私はやはり若年層の自殺者をゼロにしたいという気持ちがとても強いです。

とはいえ、この2年間は何もできなくて、茅ヶ崎市のホームページで私の名前を見た知人が、「すごい委員をやっているね、何をしているの」なんて言われましたが、「何もしてなくて」と本当にお恥ずかしいばかりです。

ひとまず、昨年はゲートキーパー養成研修に参加させていただきました。あわせて、先日開催されたゲートキーパーフォローアップ研修も聴講させていただいて、これは本当に自分にとってためになるものでした。そのときの内容をこちらで紹介させていただいて、私の感想を添えさせていただきたいと思います。

昨年のゲートキーパー養成研修では、まず自殺の現状についてお話があり、それから若年層の自殺者についてお話がありました。続いて、ストレスや心の不調についてお話があり、ゲートキーパーとしてやっていくためには、やはり自分の心の健康がまず大事だというお話を伺ってハッとしました。また、ゲートキーパーとはどういうものかというお話をいただきました。

先日のゲートキーパーフォローアップ研修では、湘南精神保健福祉事務所の長見先生からご講演をいただき、最初から最後までメモの手が止まらないほど、とてもためになる研修でした。

まずは、「ゲートキーパーとは何か」について改めてお話いただきました。私は単純に「何とかして自殺をとめたい、そういう気持ちを押しとどめたい」と思いがちですが、「人間は、元気な人・ちょっと悩んでいる人・もうだめだという人にわけられて、ゲートキーパーはもうだめだという人にはちょっと難しい」というお話をいただきました。そういった方々には、専門の方が関わるべきことで、専門的な知識がないものはそういう人たちに関わっていくのは難しいということを知り、何だかとても気が楽になりました。そういった方々と専門職をつないでいくのがゲートキーパーの役割であると聞き、それであればもしかしたら何かできるかもしれないという気持ちになりました。

それから、自殺者というのは交通事故死者の10倍の人数がいる、とお聞きして大変驚きました。かつて交通事故が増えてきたときに、お巡りさんに指導してもらおう、学校で指導しよう、地域で旗振りをしようなど様々な取り組みをした結果、交通事故が減ってきたというお話を踏まえ、自殺者も皆で取り組んでいけば減らすことは可能であるというお話をいただいて、それもそうだなと思いました。例えば、「ホームドアを設置することで飛び込みが減ること」や、「ご高齢の方のご自宅を訪ねて飲み残しの薬を「これ捨てちゃうね」と捨ててしまうだけで、薬を過剰に飲むということがなくなる」というようなお話をいただいて、少しでもできることがあるのかなということを思いました。

最後に、「皆さんがいるだけで今生きている人はいる」というお話もありました。例えば、家族もあなたがいるからいるんだよという人もいるから、家族に対してあなたはゲートキーパーであるというお話をいただいて、それなら何かできるかなととても心強く思ったと同時に、それはそれでいいのかなという気持ちがあるので、任期が切れたときに何かできることがあったらいろいろ教えていただけると、できることなら何でもしたいなと思っておりますのでまたよろしく願いいたします。

○鈴木委員長

多様なご意見をありがとうございました。

自殺対策自体が幅の広い分野の多種多様なところまで展開しているものですから、これをやればどうにかなるといふ何か特効薬的なものがなかなかないものです。私も自治体で担当してきたときは、特効薬は何かないのかなと悩んだこともありましたが、やはりそういったものはなく、地域との繋がりがりや活動の中で、1人でも亡くなる方を防いでいくということが大事なことであると感じます。委員の皆様からのお話にもあった通り、セルフネグレクト問題、精神疾患を抱えた家族の問題、オーバードーズの問題、リストカットの問題など、高校中退後に紆余曲折して大学に来る子もいます。

支援職を志して本校に入学する学生もいますが、過去をたどってみるといじめ被害や不登校になっていたという過去がある中で、支援職になりたいというきっかけで来る学生もいます。人生まだまだ10年20年という短い中でも紆余曲折しながら、何かしたいというところで繋がることもあるかとは思いますが、この繋がりがりやきっかけなどが非常に重要なキーワードになってくると思います。

皆様、様々な視点でご意見をいただきありがとうございました。

今回いただいたご意見を踏まえまして、事務局は引き続き自殺対策推進に向けた施策の検討を、保健予防課だけではなく様々な他部署を巻き込んでいただいて、検討を進めていただければと思います。

それでは次の議題に移ります。議題(3) 令和8年度 自殺対策に関する取組について、事務局より説明をお願いいたします。

#### ○事務局

令和8年度自殺対策に関する取組について、ご説明させていただきます。

「【資料3】令和8年度 自殺対策に関する取組について」に沿って説明。

#### ○鈴木委員長

説明ありがとうございます。令和8年度の計画の進行についての内容になりました。ただいまの説明につきまして、ご質問やご確認などございますでしょうか。

特にご意見がございませんでしたので、本日の議題については以上となります。事務局に進行をお返ししたいと思います。よろしく申し上げます。

#### ○事務局

委員の皆様、本日は、専門的な分野から大変貴重なご意見を賜り、誠にありがとうございました。今回いただいたご意見につきましては、今後の施策に反映させ、しっかりと自殺対策に取り組んで参りたいと思います。

それでは最後にご連絡となりますが、皆様の任期は今年の5月31日までとなりますので、任期中の委員会の開催日は本日で最後となります。

4月に入りましたら、各団体様へ推薦依頼と、市民公募も予定してございますのでどうぞよろしく  
お願いいたします。

本日は以上をもちまして、令和7年度茅ヶ崎市自殺対策計画推進委員会を閉会といたします。皆様  
ありがとうございました。

委員長署名 鈴木 剛

委員署名 鄭 美佐子