

審 議 会 等 の 会 議 結 果 報 告 書

課所名

健康推進課健康支援係

会 議 名 令和 7 年度第 1 回 諏訪市自殺予防対策推進専門委員会

開催日時 令和 7 年 4 月 17 日（木） 午後 1 時 30 分 ～ 午後 2 時 40 分

開催場所 諏訪市保健センター 1 階健康相談室

出席者

（出席者）

委員会委員：

宮野孝樹委員	名取まゆみ委員	清水俊樹委員	井上昭子委員
原田久子委員	矢崎敏江委員	竹内幸子委員	桜井幸雄委員
上井美保委員	藤原希美委員		

守屋和則健康福祉部長 濱秀憲健康推進課長 小口直子健康支援係長
坂本恭子（保健師） 中城弓枝（保健師）

（欠席者）

協議会委員：太田美保委員 小口むつみ委員 白鳥和美委員

資料 別添

協議議題（内容）及び会議結果（要旨）

1. 開会（健康推進課長）
2. 委嘱状交付（机上交付）
3. 健康福祉部長あいさつ

ご多忙の折、ご出席賜りありがとうございます。皆さまには、先ほど委嘱状を交付させていただきましたが、任期は 2 年間となります。本委員会は、構成員として、医療機関、福祉・教育機関、産業・労働機関など、幅広い分野から選出いただき、「生きることへの包括的な支援」という、たいへん重量感と責任感のある任務にあたっていただくことになるが、さまざまな理由により「生きづらさ」を感じている方たちが、生きることを選択できる「生き心地のよい社会」を目指した取組に、幅広い知見から、ご意見・ご協力をお願いいたします。

「自殺」に係る最近のトピックとしては、3 月 28 日に厚生労働省が 2024 年の年間自殺者数（確定値）を公表しました。これによれば、2024 年の自殺者数は前年から 1,517 人減少し、2 万 3,200 人で、この人数は統計開始以降 2 番目に少ないとのことです。その一方で、小中高生の自殺は 529 人となり過去最多となりました。自殺の多くは「追い込まれた末の死」とされるが、現代社会の歪みや苦痛が、子どもなどの弱者に向かっている現状にやるせなさを感じる人が多いと考えられます。

本委員会では、2024 年 3 月に「自殺死亡率の減少に係る達成すべき目標値」とそのための基本方針や重点施策を整理した「第 2 期諏訪市自殺対策計画」を策定しています。本日の報告事項には、自殺対策計画の進行管理に関する内容も用意されているが、報告後に予定されている意見交換も含めて、さまざまな立場からのご発言をお願いします。

4. 自己紹介（委員名簿）【資料 1】

5. 会長、副会長選出【資料 2】

事務局：専門委員会要領に従い、この会の会長、副会長を互選にて選出していただきたい。

（互選なし）

事務局に腹案があるがよろしいか？ ⇒異議なし

委員長には、チャイルドラインすわ宮野孝樹委員、副委員長には更生保護女性会の名取まゆみ委員にお願いしたいがいかがか？ ⇒異議なし

委員長挨拶

2024 年の小中高校生の自殺数は過去最多で、毎年 500 人を超える子どもが命を絶っています。自身は約 20 年活動ボランティア活動をしてきたが、20 年前より「死にたい」「生きていたくない」など、ネガティブな言葉が増えていると感じています。こども家庭庁の調査から、「子どもの自殺を社会課題として強く認識している」とした大人は少なく、大人が子どもの自殺に対してあまり関心を持っていないことが明らかになりました。

この委員会は諏訪市から自殺する人を一人でも少なくすることが目的であり、各組織を代表して来ていただいている。この委員会を通して、それぞれ何ができるか一緒に考えていきたい。

副委員長挨拶

自分の経験上、家族等の相談にのった時に、これで良かったのだろうか、大丈夫だろうかと不安になることが多々あります。寄り添い続けることの大切さを感じています。皆さんと一緒にこの委員会を進めていけたらと思っております。

6. 報告（進行：会長）

- （1）諏訪市の自殺の現状 事務局より 第 2 期自殺対策概要版、【資料 3】【資料 4】参照

最新の自殺死亡率についてですが、2024 年度の諏訪市の自殺死亡率は 12.5（人口 10 万対）となりました。全国は 17.27、長野県 16.73 で、諏訪市と全国は減少、長野県は横ばいとなっています。諏訪市の自殺死亡率は、2022 年に 20.56 となりコロナ禍で上昇傾向だったが、2023 年には 16.53、2024 年には 12.5 と減少傾向です。

- （2）他計画（健康すわプラン 2026）との統合に向けて 事務局より 【資料 5】参照

- （3）年間事業計画について 事務局より 【資料 6】参照

本日を含め委員会は年 3 回。

7. 意見交換（進行：委員長）

せっかくの機会ですので、一人ひと言ずつ、自殺予防に係る意見や感想等をご発言いただきたい。

意見交換

①医療関係者 委員

小中高校生が毎年 500 人以上亡くなっているということは、毎年大きな学校まるまる一つ無くなっているということで、とんでもなくシビアな状況であると思う。自分たちは、自殺予防にどのように関わっていけるか考えていきたい。

②医療関係者 委員

外来で小中高生の「死にたい」「生きている意味がわからない」という訴えは非常に多く、話を聞いていると、背景として家庭環境に問題がある子どもたちが多い。高校生から 20 代で自分に自信が持てない方が多い。その中で、就職しても社会に馴染めず悩んでいる方が増えていると感じる。また、外国人の受診者が増えており、学校でいじめにあったり、悩んでいる子どもが多い。安心していられる場所が必要と感じる。少しでもそのような子たちを減らしていきたいと思う。

③医療関係者 委員

新聞記事を読んで感じたことだが、精神の自立支援医療の受給者証を持っていることは、本人が開示しない限り会社は把握できない。知らないがゆえに配慮ができず、少しの言葉で本人が傷つき仕事を辞めてしまうことがある。そのようなひずみをなくしていけたらと思う。

④医療・介護関係者 委員

普段は高齢者と関わる事が多く、今回の委員会で子どもの自殺について聞いて驚いている。高齢者の中でも孤独の相談は多く、昔に比べて人間関係が希薄になっていることも感じており、今後も孤立化を防ぐ地域づくりを行っていきたい。

⑤地域・福祉関係者 委員

昨年度、ゲートキーパーの養成講座を受講し、知識としては理解できたが、自分は、実際にどのようにつないでサポートしていけばいいか、ということを経験に感じている。

⑥地域・福祉関係者 委員

子どもとの関わりは少なく、高齢者との関わりが多い。その中で、やはり孤立・孤独の相談は多く、血縁関係での助け合いが減っており、声が上げにくくなっていると感じている。また、コロナ禍で貸付事業として約 1000 世帯が利用をしたが、その後の関わりは薄くなっている。日々の活動の中で支援を行っていきたい。

⑦教育関係者 委員

市内小中学校では SOS の出し方教育を行っている。子どもの相談する力を育てることを目的としている。学校の窓口はもちろん、公的な窓口も合わせて紹介している。LINE など SNS で相談できる公的な窓口も紹介している。このような教育を積み重ねていきたい。

⑧行政関係者 委員

多くはないが「死にたい」という相談はある。実際にお会いして話すと、問題は一つではなく、色々な背景や事情が積み重なっていると感じる。事業として、各種相談を行っているが、その中でも子どもの不登校やリストカットなどの相談が多いと感じている。

⑨地域・福祉関係者 委員

先ほどの話にもあったが、人間関係の気薄さや、家族関係の温度差があり、その中でも頑張っているが、一度自殺を考えてしまうと、なかなか引き戻すのは難しいと感じている。ちょっと連絡をする、ということではなく、その人のことを気にかけて、連絡を取り続ける、寄り添い続けることが大切だと感じる。

⑩地域・福祉関係者 委員

私たちの活動は、問題を解決するというより、子どもたちの気持ちを受け止めじっくり話を聞くこと。電話をかけてくる子どもたちのほとんどが、話を聞いてもらいたいと思ってい

る。子どもたちの話を聞く人を「受け手」と言い、「受け手」の話を聞き支える人を「支え手」と言う。

昨年は保健師さんと一緒に中学校のＳＯＳの出し方教育を見学に行ったが、とても良い授業だった。相談することや助けを求めるきっかけになってほしい。

【質疑】

・地域・福祉関係者 委員

オーバードーズについて、何か把握していることがあれば教えて欲しい。

・医療関係者 委員

昔は覚せい剤やシンナーが主流だったが、今はほとんどが市販薬ということ把握している。ドラッグストアをはしごして、咳止め薬やパブロンゴールドなどを買い込んでしまう。それを何包飲んだらこういう症状だった、という情報がＳＮＳで出回っている。

薬局では瓶に大量に入っている薬は買わずに、適量を必要な分だけ適宜買ってほしい。また、オーバードーズが分かった時に「ダメだよ」と否定するのではなく、「一瞬でも忘れたくらい辛かったね」「薬が必要だったんだね」と理解する関わりが重要だと思う。オーバードーズは臓器にかなり負担がかかることも併せて知って欲しい。

議長解任

8. その他（事務局）

依頼事項になるが、各委員の所属団体で取り組める自殺対策について協議していただき、第3回目の委員会にて取組内容の報告をお願いします。

第2回協議会日程 令和7年10月から11月 午後1時30分～ 諏訪市保健センター

9. 閉会

副委員長

諏訪市から一人でも多く自殺する人を減らす委員会。それぞれの組織で無理のない活動が続けてほしい。

（終了 14：40）