

# 長野県「子どもの自殺ゼロ」を目指す戦略

2019年3月

長野県

# はじめに

## 策定の趣旨

「誰も自殺に追い込まれることのない信州」を実現するため、平成 30 年 3 月に「第 3 次長野県自殺対策推進計画」（以下、「計画」という。）を策定しました。

本県の未成年者の自殺死亡率が全国の中でも高い水準にあることから、未成年者の自殺対策が喫緊の課題であるとの認識に基づき、計画では、「未成年者の自殺対策の強化」を重点施策の 1 つとして位置付け、2022 年までに未成年者の自殺をゼロにすることを目標に掲げて、自殺予防から危機介入まで幅広く「生きることの包括的な支援」に取り組むこととしています。

また、計画では、深刻な状況にある未成年者の自殺対策について検討を行うため、知事、専門家、教育関係者等で構成する「子どもの自殺対策プロジェクトチーム」を設置することとしていることから、平成 30 年 8 月に「長野県子どもの自殺対策プロジェクトチーム（座長：阿部知事）」（以下、「プロジェクトチーム」という。）を設置しました。

プロジェクトチームにおいて、本県の子どもの自殺事例をもとに、その背景分析を行い、未成年者の自殺対策を更に強化するため、新たな視点を加味して、この戦略を策定しました。

## 戦略の位置付け

第 3 次長野県自殺対策推進計画（平成 30 年 3 月策定）を踏まえた「子どもの自殺対策」に特化した個別戦略

- ＜特徴＞
- ハイリスクの子どもの把握と子どもの自殺危機対応チームの設置
  - 「進化する戦略」（ビッグデータの AI による多角的分析の検討等）

## 基本方針

自殺のリスクを誰にも気づいてもらえない子ども、必要な支援が受けられない子どもをゼロにすることにより、「子どもの自殺ゼロ」を目指します。

- ◆ リスクを抱えるすべての子どもが必要な支援を受けられる  
いま自殺のリスクを抱えている子どもと近い将来に自殺のリスクを抱えかねない子どもの状況（心理状態、生活環境、支援状況等）を把握し、「必要としている支援を得られている状況」を作ります。
- ◆ 子どもの SOS を察知できる地域づくり  
そのために「子どもや子どもの周囲にいる大人」への啓発や研修等を徹底し、自殺のリスクを抱えている子ども等を「察知できる地域」づくりを行います。
- ◆ 支援を通じて明らかになった「あるべき姿」を地域づくりに反映  
自殺のリスクを抱えている子ども等への支援を通して、地域の課題やあるべき支援等について学び、それらを地域づくりに反映します。

## 戦略期間

2019 年度から 2022 年度まで（計画と整合）

# 重点施策

## ハイリスクの子ども<sup>※</sup>の把握と「子どもの自殺危機対応チーム」による困難ケースへの個別支援・人材育成

ハイリスクの子どもを把握し、学校と地域の関係機関が連携して、それぞれの子どもの実情に応じた必要な支援が行われるとともに、困難ケースに直面したとき、専門家の助言や直接支援を受けられるよう、子どもの自殺危機対応チームを設置します。併せて、困難ケースへの支援を通じて、実地で地域の支援者の実践的な対応力の向上を図ります。

※ この戦略で「ハイリスクの子ども」とは、自殺未遂や自傷行為など自殺のリスクを現在抱えている又は今後抱える可能性があると考えられる子どもをいう。

### (主な取組)

#### ◆ ハイリスク者の実態把握と関係機関による情報共有

学校や市町村等が抱えているハイリスクの子どもの実態を把握し、関係機関の情報共有により円滑な連携支援を実現します。

#### ◆ 子どもの自殺危機対応チームによる個別支援

自殺対策の専門家（精神科医、精神保健福祉士、心理士、弁護士、ネット専門家等）で構成する子どもの自殺危機対応チームが、困難ケースに的確に対応します。

#### ◆ 人材育成

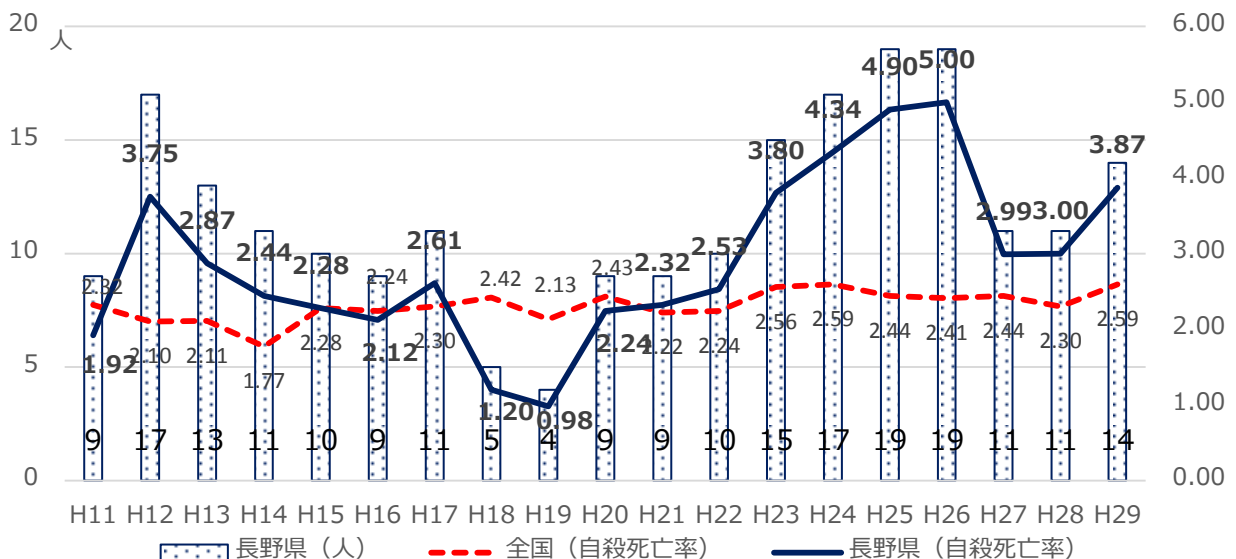
子どもの自殺危機対応チームによる個別支援に地域の支援者が関わることにより、実践的な対応力の向上を図ります。また、子どもの自殺危機対応チームの支援を通じて得られたノウハウを研修により県内に普及します。

#### ◆ 精神科医療へのつなぎ強化

早期から適切な精神科医療を受けられるよう、圏域ごとに設置する関係者会議等のネットワークを活用して「つなぎ」の強化を図ります。

### 未成年者の自殺者数・自殺死亡率（人口10万対）の推移

H25～29自殺死亡率	
全国	2.44
長野県	3.97



出典：人口動態統計（厚生労働省）、人口推計（総務省）

# 1 自殺のリスクを抱えた未成年者への危機介入

## 現状と課題

### (大人の対応力)

- 一人ひとりの県民に、子どもの自殺の危機的な実態を認識してもらう必要があります。
- 子どもが発するSOSに対する気づきの感度は、大人の間で差があります。また、SOSをどのように受け止めたらいいか戸惑う大人もいます。大人が子どものSOSを察知し、必要な支援につなげる力を身に付ける必要があります。
- 発達の特徴等により、コミュニケーションが苦手な子どもがいます。また、発達の特徴に対する周囲の理解が得られず、集団から疎外されるケースが見受けられます。

### (連携体制)

- ハイリスクの子どもと家庭を早期に把握し、関係機関が連携して早期かつ切れ目なく支援する体制整備が必要とされています。特に中学校卒業後は、居住する市町村の目が届きにくくなるため、把握漏れや把握が遅れて事態が深刻化するおそれがあります。子どもが社会的に自立するまで、切れ目なく見守る仕組みが求められています。
- 地域や学校において、困難事例を抱えて対応に苦慮しているケースがあります。自殺未遂、自傷行為等のハイリスクの子どもを把握するとともに、地域の関係機関の連携強化や専門家から助言・支援を受けられる仕組みが必要です。
- すべてのハイリスクの児童生徒に必要な支援が届くようにするため、地域の関係機関との連携を含めた学校の対応力を強化する必要があります。
- 保護者の離婚や死別等による喪失体験や環境の変化等、自殺のリスクを抱えるおそれがある子どもに対する見守りを強化する必要があります。

### (人材育成)

- 困難を抱える子どもや家庭を支援できるノウハウを有する人材が不足しています。また、自殺のリスクが高まっている子どもは緊急的に保護したり、複合的な困難を抱える子どもや家庭は長期的かつ継続的に支援を行う必要があります。

## 施策の展開

### ◆ 「気づき」の機能強化

#### (地域の大人・支援者)

- 県民が子どもの自殺の実態に関する危機感を共有できるよう、様々な会議体や広報媒体等、あらゆる機会を活用して啓発を推進します。 [保健・疾病対策課]
- 大人が、子どもの悩みに気づき、傾聴し、必要に応じて専門機関につなぐことができるよう、市町村と連携して地域の身近な場におけるゲートキーパー研修を充実します。

[保健・疾病対策課]

- 子どもの居場所の担い手、民生・児童委員など、子どもと関わる機会の多い大人に対するゲートキーパー研修を推進するとともに、子どもの自殺予防に関する研修会を開催します。また、子ども・若者サポートネット等のネットワークを活用し、子どもの困難さに寄り添うことができるような支援のあり方をもとに考える研修会を開催するなど、支援者のスキルアップを図ります。〔次世代サポート課、こども・家庭課、地域福祉課、保健・疾病対策課、文化財・生涯学習課〕

### （保護者）

- 保護者に対し、学級PTAの機会や学年だより等を活用して、子どもが発するSOSへの気づきの感度向上や受け止め方についての啓発を行います。〔心の支援課〕
- PTAと連携し、自殺対策をテーマとする研修を実施するなど、PTA活動を通じた家庭教育に関する啓発を行います。〔文化財・生涯学習課〕

### （教職員）

- すべての教職員が、子どもが発しやすい雰囲気づくり、子どもが発するSOSに対する気づきの感度の向上、SOSの受け止め方を身に付けるため、職員会議等で教職員向けリーフレットを活用して研修を行います。〔心の支援課〕
- 教職員が、子ども一人ひとりの特性や困り感等を理解し、それぞれの子どもに寄り添った指導ができるよう、教職員向けの自殺予防研修を充実します。〔心の支援課〕

### （共通）

- 困難事例に対し、専門家が助言や直接支援する仕組みについて、ゲートキーパー研修など様々な機会を通じて、地域の大人・支援者、保護者、教職員に周知を図ります。〔次世代サポート課、こども・家庭課、地域福祉課、保健・疾病対策課、心の支援課、文化財・生涯学習課〕

## ◆ 必要な支援に「つなぐ」連携体制・「回復支援」の機能強化

### （困難ケースへの対応の強化）

- ハイリスクの子どもを把握し、学校と地域の関係機関が連携して、それぞれの子どもの実情に応じた必要な支援が行われるとともに、困難ケースに直面したとき、専門家の助言や直接支援を受けられるよう、子どもの自殺危機対応チームを設置します。併せて、困難ケースへの支援を通じて、実地で地域の支援者の実践的な対応力の向上を図ります。〔保健・疾病対策課、心の支援課、保健厚生課〕
- 地域資源を洗い出し、ハイリスクの子どもを支援するためのフローチャートを作成します。また、作成したフローチャートに関係機関・支援団体が共有し、活用するため、圏域ごとに設置する関係者会議等を通じてネットワークの強化を図ります。〔保健・疾病対策課〕
- 早期から適切な精神科医療を受けられるよう、医療機関を含めた関係機関による「つなぎ」の強化を図ります。〔保健・疾病対策課〕
- 県・市町村・関係機関が連携して、子どもと子育て家庭を切れ目なく包括的に支援する「子ども家庭支援ネットワーク」の構築を進めます。〔次世代サポート課、こども・家庭課、保健・疾病対策課〕

- 生活就労支援センター（まいさぼ）が把握する子どもを有する生活困窮家庭等の情報を必要に応じて、学校や関係機関が共有し、保護者のみならず、子どもに対する適切な支援を行います。 [地域福祉課、心の支援課]

### （学校の対応力の強化）

- スクールカウンセラーやスクールソーシャルワーカーの拡充及び資質向上を図るとともに、生徒指導担当教員に対する研修や、実態把握を踏まえた関係機関との連携のあり方、効果的な人材配置などの研究等により、学校における支援体制を強化します。  
[義務教育課、高校教育課、心の支援課]
- 学校環境適応感尺度（アセス）の活用により、SOSのサインを出している生徒を早期把握し、対応します。 [心の支援課]

### （相談・支援体制の強化）

- SNS相談においては、相談者との信頼関係を構築し、一度つながってきた子どもとのつながりを絶やさないと発想で、必要に応じて電話相談に切り替え、継続的・包括的な実支援につなげられるよう、「つなぎ」の強化を図ります。 [心の支援課]
- 生活困窮家庭の不登校等の子どもに対する訪問型学習支援では、引き続き子どもに対する学習支援だけでなく、家庭への養育支援にも取り組むとともに、実施町村の拡大に努めます。 [地域福祉課]
- 子どもの自殺対策プロジェクトチームにおいて、引き続き自殺事例の分析を行うとともに、その分析結果や支援を通じて得られた知見に基づき、更に有効な対策を検討することによって、再発防止や相談・支援体制の強化を図ります。また、ビッグデータのAIによる多角的分析の検討を行います。 [保健・疾病対策課]

## 2 自殺のリスクを抱える前段階における予防策

### 現状と課題

- 心身の成長過程にある未成年者は、自らの悩みを適切に表現し、他者に伝えることができないことが少なくありません。未成年者がストレスの対処法を身に付けるとともに、「誰に」「どのように」助けを求めればよいのか、友だちの悩みをどのように受け止め、その解決に向けて「どこに」「どのように」つないだらよいかを学ぶ必要があります。
- コミュニケーションが苦手な人間関係の構築に苦勞している子どもがいます。他者とのコミュニケーションなど人間関係を形成する能力を更に伸ばす必要があります。また、多様な特性のある子どもの行動や態度を理解し、温かく支える環境を整える必要があります。
- 子どもの年齢段階に応じた人権教育や道徳教育の充実により、いのちの尊さ、失敗してもやり直せること、困ったときは人を頼って良いこと等を教育していく必要があります。
- 子どもの生きる力を育み、子どもの個性を伸ばす育て方等について、保護者に理解を深めてもらう必要があります。

## 施策の展開

### ◆ SOSの出し方に関する教育の推進

- 平成 30 年度に実施した中学生に対する「SOSの出し方に関する教育」のモデル授業の成果を検証した上で、市町村や学校関係者を対象とする研修会を開催し、各中学校において同教育が早期に実施できるよう支援します。また、教育事務所の生徒指導専門指導員及び市町村教育委員会が、各校への助言、授業の質の確保を図ります。

[保健・疾病対策課、心の支援課]

- 子どもが保護者や教職員に相談できない事態も想定されることから、「SOSの出し方に関する教育」を通じて、子どもと保健師等の「地域の専門家」との直接的なつながりを作ることにより、子どもに家庭や学校以外のSOSの発信先を具体的に提供します。

[保健・疾病対策課、心の支援課]

- 小学生が、学級活動、体育（保健分野）、道徳の授業において、「SOSの出し方に関する教育」の要素を確実に学べるよう、教職員に対する研修や教育事務所の指導主事による指導を徹底します。 [教学指導課、心の支援課]

- 高校生に対する「SOSの出し方に関する教育」の教材、プログラム等を研究し、モデル校において試行します。 [保健・疾病対策課、教学指導課、心の支援課、保健厚生課]

### ◆ コミュニケーション能力の向上

- 豊かな人間性を育むとともに、コミュニケーション能力を高めるため、自然教育・野外教育を充実するとともに、様々な体験活動を推進します。

[教学指導課、文化財・生涯学習課]

- 子どもたちが、コミュニケーションなどの力を身に付けられるよう、教員がSST（ソーシャル・スキル・トレーニング）の手法を学ぶ機会を設け、研修を修了した教員が生徒に対してSSTを実施できるようにします。また、子どもたちの夢や希望を引き出し、意欲を高めるため、教員に対するコーチングの研修を実施します。 [心の支援課]

### ◆ 生きる支援のメッセージ

- 日本財団HEROsアンバサダー（日本財団をプラットフォームに競技を超えたアスリートが社会貢献活動を広げる仕組み）が、県内各学校を訪問し、子どもや保護者と一緒に考えるワークショップやスポーツ等を通じて「自分のスタイルで生きる道を生み出すこと」「見方を変えること」「子どもの個性を伸ばす育て方」など、生きたメッセージを伝えます。

[日本財団自殺対策プロジェクト]

- 生命を大切にすることや他人を思いやる心などの道徳性を養う道徳教育の充実や、子どもたちが、自らの大切さとともに他の人の大切さを認める人権感覚の育成と人権意識の向上を図ります。 [教学指導課、心の支援課]

- 相談への抵抗感の払拭、生きる支援に関するメッセージの発信等のため、SNSを活用した情報発信に取り組みます。 [保健・疾病対策課、心の支援課]

### 3 自殺のリスクを抱えさせない「生き心地の良い地域づくり」

#### 現状と課題

- 「生きることの促進要因」や「生き心地の良い地域づくり」などに関する子ども・若者の意見を自殺対策に反映することによって、子ども・若者の心に響く、より効果の高い対策を構築できると期待されます。
- 地域住民が、自殺予防を地域の課題として認識し、自ら「生き心地の良い地域づくり」に取り組むことが求められます。また、支援を通じて得られた情報を地域づくりに反映することが必要です。
- 様々な原因からゲームやネット依存傾向になった子どもや、有害情報にアクセスした子どもの自殺が見受けられることから、子どもと保護者の双方に対するインターネットの適正利用に向けた啓発が必要です。
- 家庭や学校で悩みを相談できない子どもが、気軽にその悩みを相談できるような居場所づくりが求められています。

#### 施策の展開

- 高校生や大学生等の若者が、子ども・若者にとって「生き心地の良い地域づくり」に向けて話し合う場として「信州みらい100人会議（仮称）」を立ち上げ、若者の提言を戦略に反映します。 [保健・疾病対策課]
- 地域住民自らが、子どもの自殺予防を地域の課題として捉えて、「生き心地の良い」地域づくりに取り組めるよう、「住民支え合いワークショップ」を開催する市町村を支援します。 [地域福祉課、保健・疾病対策課]
- 悩みや課題を抱えている子ども・若者への支援を通じて、その悩みや課題の背景を明らかにし、それらを今後の地域づくりに反映します。 [保健・疾病対策課]
- インターネットの適正利用を推進するため、官民協働で設置した協議会を通じて、子どもや家庭への啓発を強化します。 [次世代サポート課]
- 信州こどもカフェなど、既存の子どもの居場所の充実を支援するとともに、悩み事が相談できたり、大学生のサポートが得られる居場所など、子どもが利用しやすい多様な居場所づくりに取り組みます。  
[次世代サポート課、こども・家庭課、地域福祉課、保健・疾病対策課、食品・生活衛生課、文化財・生涯学習課]