

ハッシュタグ
「**#いのちSOS**」緊急プロジェクト(提案)

官民連携「生きることの包括的支援」の実現へ

令和3年2月25日

NPO法人 自殺対策支援センター ライフリンク
代表 清水 康之

清水康之(しみず・やすゆき)

▼NPO法人 自殺対策支援センター ライフリンク代表

▼厚労相指定法人 いのち支える自殺対策推進センター 代表理事

▼超党派「自殺対策を推進する議員の会」アドバイザー

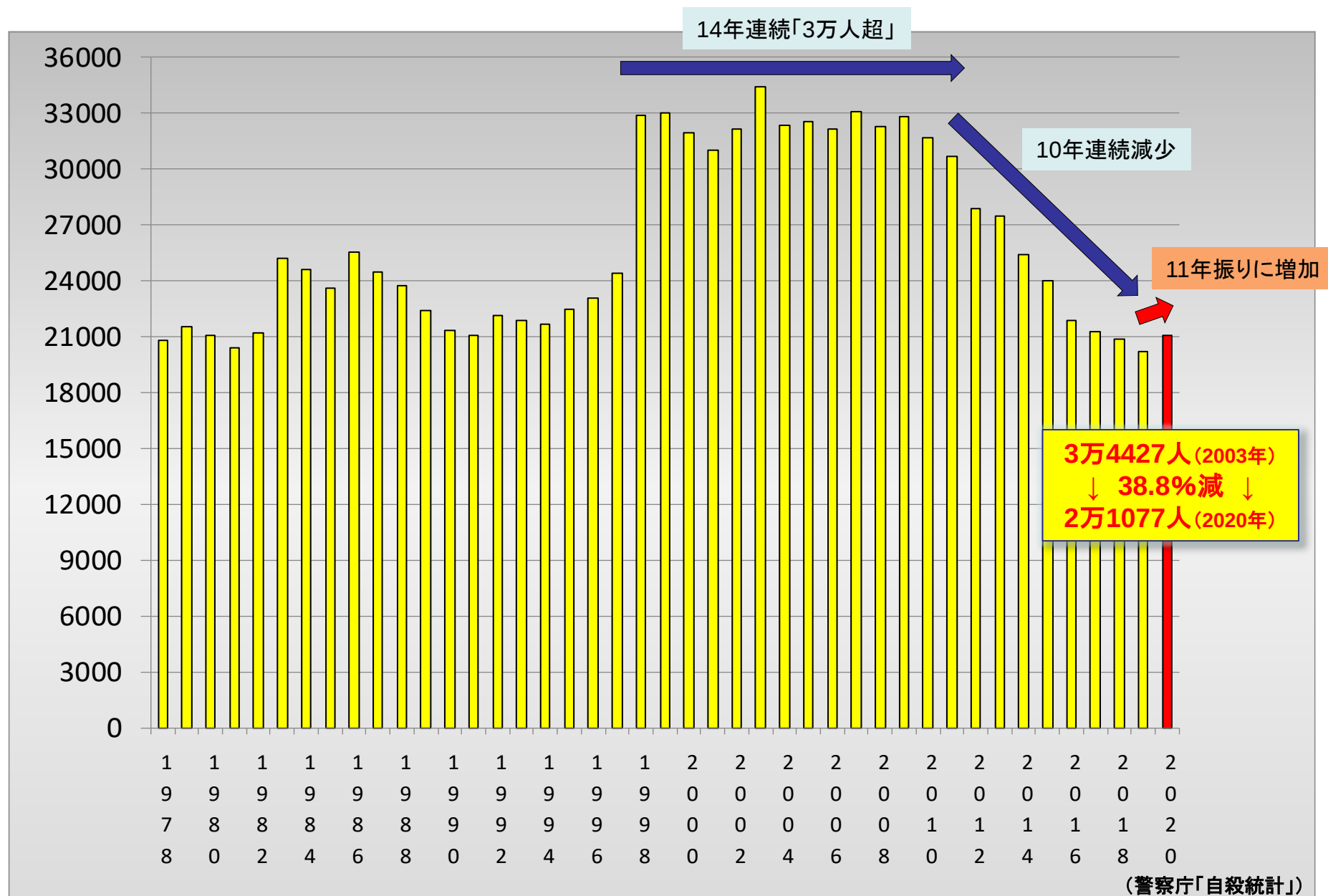
▼元NHK報道ディレクター

主に「クローズアップ現代」などを担当。自死遺児たちの取材をきっかけに、自殺対策の重要性を認識。2004年にNHKを退職し、ライフリンクを設立。

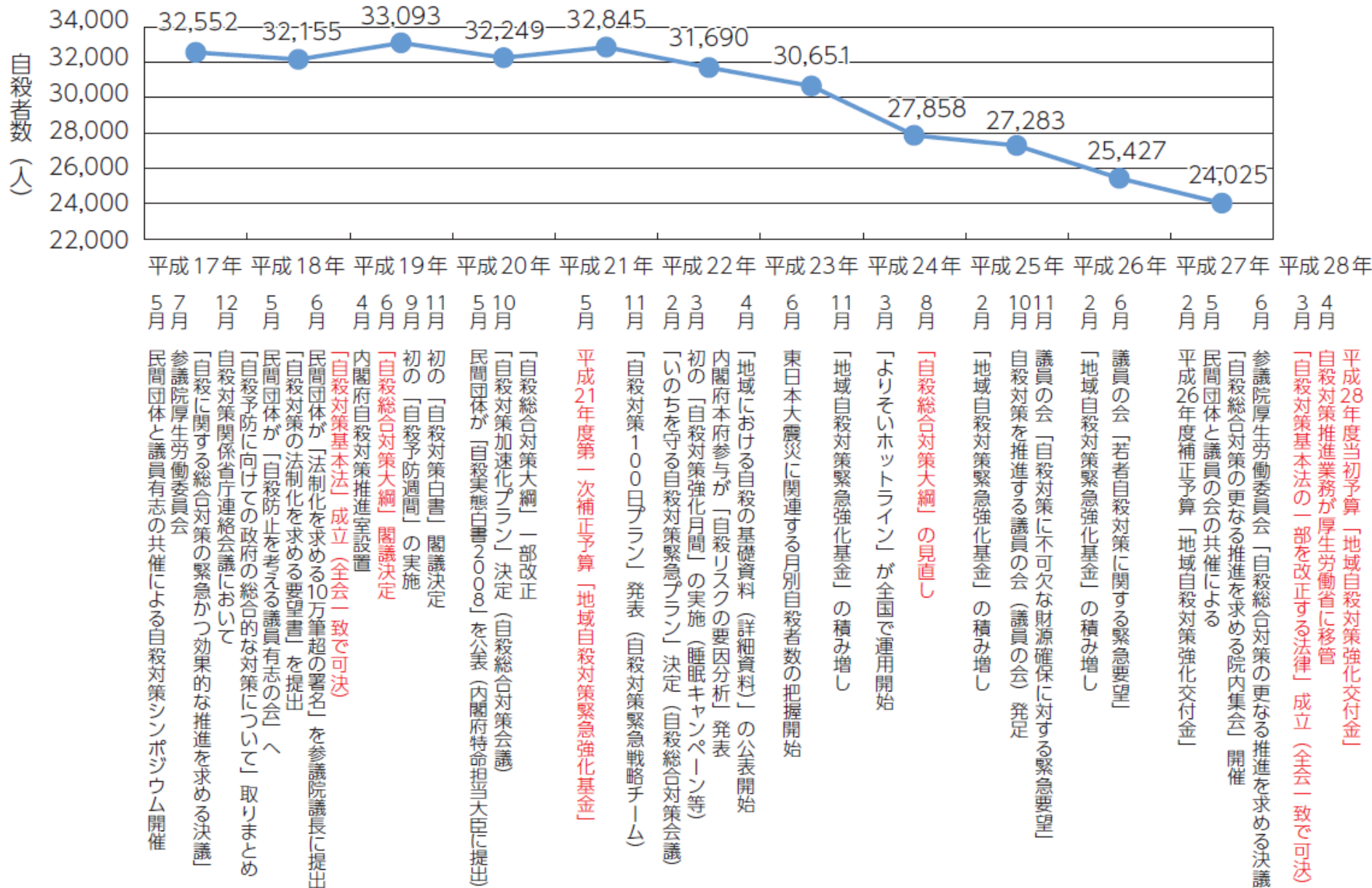
以降、自殺対策の法制化や自殺対策の地域モデル作り、自殺の実態調査(自殺で亡くなった523人に関する聞き取り調査)や自殺対策のためのSNS相談等に関わる。

▼誰も自殺に追い込まれることのない「生き心地の良い社会」の実現を目指して、それに必要なことは何でもするという決意で取り組んでいる。

1) 自殺に関する基礎情報① 自殺者数が昨年11年ぶりに増加



我が国における自殺者数の推移と自殺対策をめぐる主な動き



1) 自殺に関する基礎情報② 「自殺は、その多くが追い込まれた末の死」 (「自殺総合対策大綱」からの抜粋)

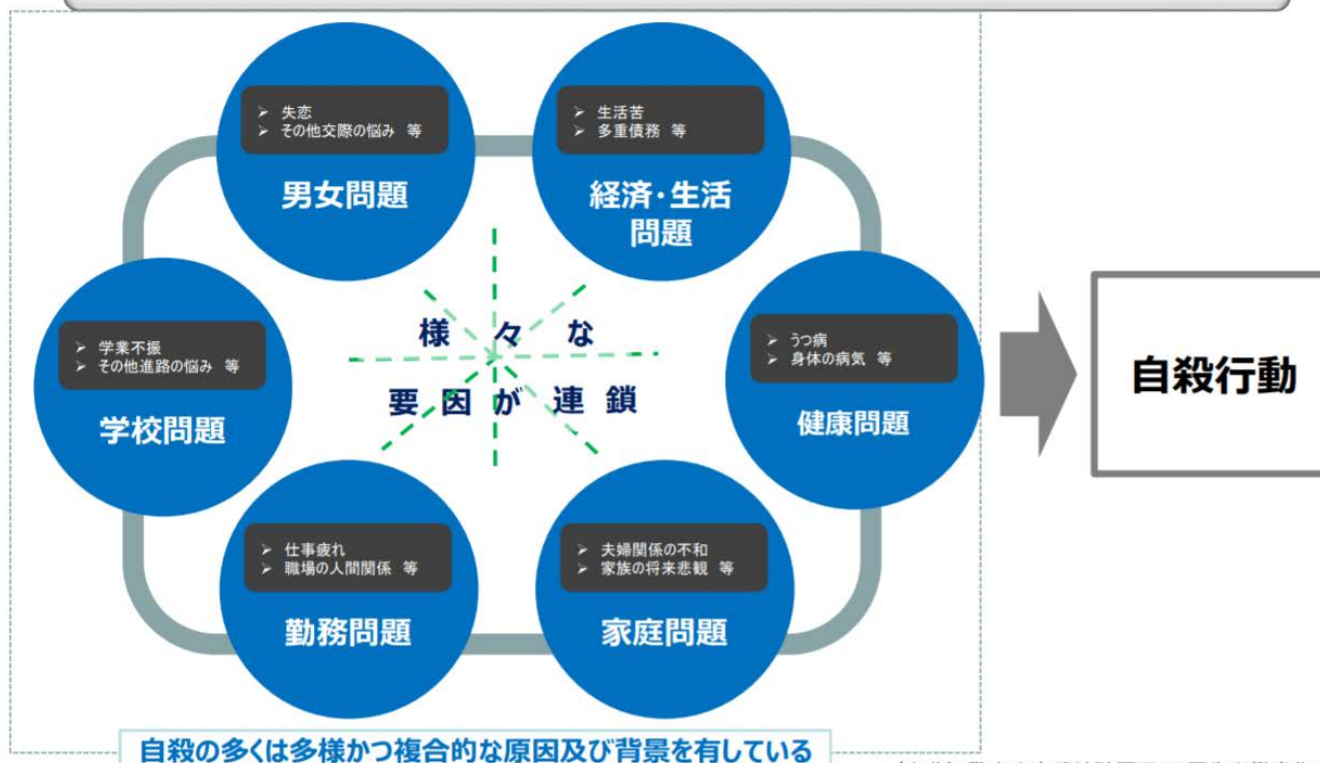
▼自殺は、その多くが追い込まれた末の死である。自殺の背景には、精神保健上の問題だけでなく、過労、生活困窮、育児や介護疲れ、いじめや孤立などの様々な社会的要因があることが知られている。

▼自殺は、人が自ら命を絶つ瞬間的な行為としてだけでなく、人が命を絶たざるを得ない状況に追い込まれるプロセスとして捉える必要がある。

▼個人においても社会においても、「生きることの促進要因(自殺に対する保護要因)」より「生きることの阻害要因(自殺のリスク要因)」が上回ったときに自殺リスクが高くなる。裏を返せば、「生きることの阻害要因」となる失業や多重債務、生活苦等を同じように抱えていても、全ての人や社会の自殺リスクが同様に高まるわけではない。

自殺の原因・背景について

- 自殺の多くは多様かつ複合的な原因及び背景を有しており、様々な要因が連鎖する中で起きている。
(「経済・生活問題」や「家庭問題」等、他の問題が深刻化の中で、これらと連鎖して、うつ病等の「健康問題」が生ずる等)



(出典) 警察庁自殺統計原票より厚生労働省作成

「自殺の危機経路」事例

(「→」=連鎖、「+」=併発)

【失業者】

- ① 失業→生活苦→多重債務→うつ状態→自殺
- ② 連帯保証債務→倒産→離婚の悩み+将来生活への不安→自殺
- ③ 犯罪被害(性的暴行など)→精神疾患→失業+失恋→自殺

【労働者】

- ① 配置転換→過労+職場の人間関係→うつ状態→自殺
- ② 昇進→過労→仕事の失敗→職場の人間関係→自殺
- ③ 職場のいじめ→うつ病→自殺

【自営者】

- ① 事業不振→生活苦→多重債務→うつ状態→自殺
- ② 介護疲れ→事業不振→過労→身体疾患+うつ状態→自殺
- ③ 解雇→再就職失敗→やむを得ず起業→事業不振→多重債務→生活苦→自殺

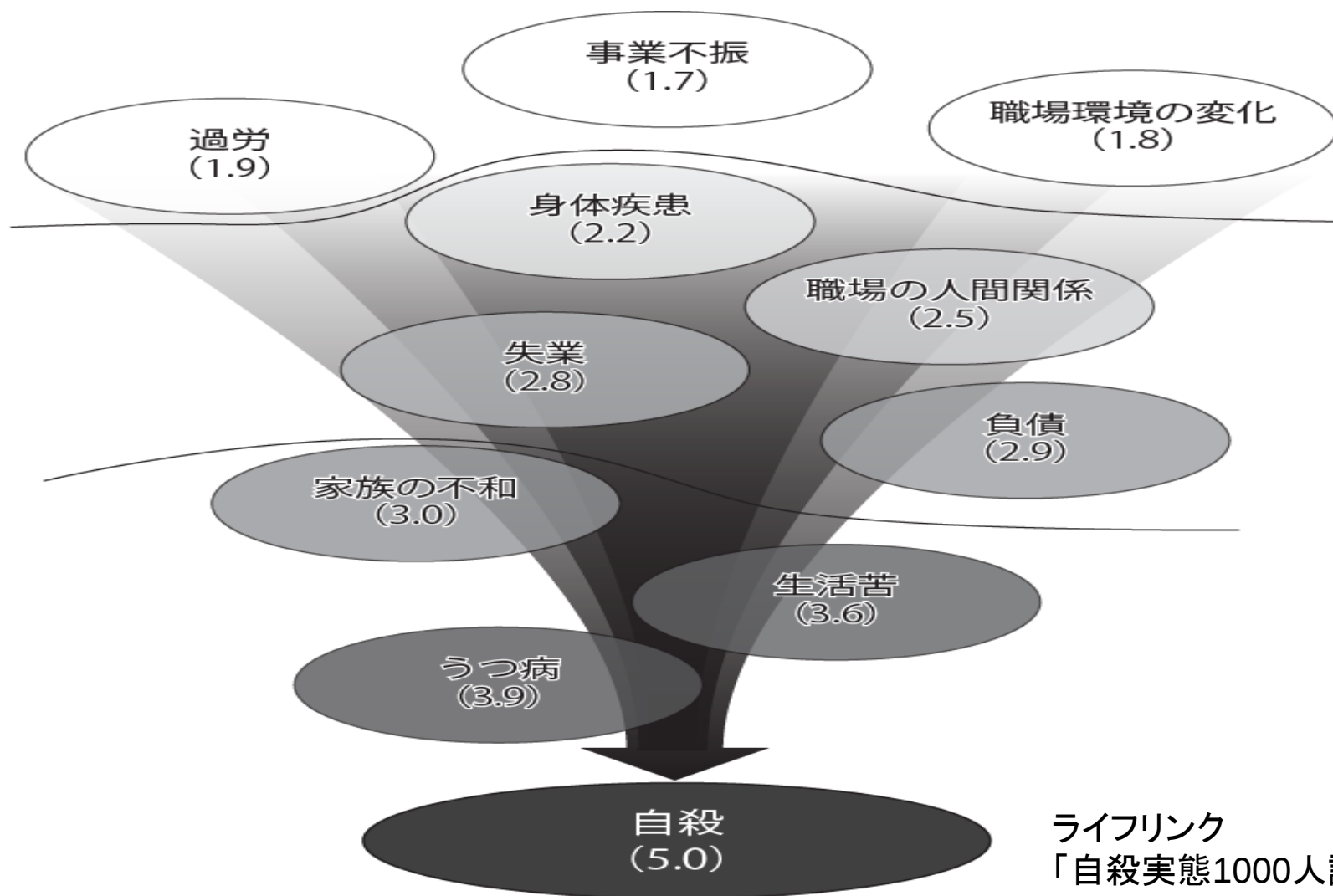
【主婦など(就業経験のない無職者)】

- ① 子育ての悩み→夫婦間の不和→うつ状態→自殺
- ② DV→うつ病+離婚の悩み→生活苦→多重債務→自殺
- ③ 身体疾患+家族の死→将来生活への不安→自殺

【学生】

- ① いじめ→自殺
- ② 親子間の不和→ひきこもり→うつ状態→将来生活への不安→自殺

自殺要因の連鎖図



1) 自殺に関する基礎情報③ 「自殺対策に関する法律的な流れ」

平成18年6月 自殺対策基本法の成立(議員立法)【10月施行】

- 自殺対策の基本理念(自殺を個人的な問題としてのみ捉えず、社会的な取組として実施等)
- 国、地方公共団体、事業主、国民の責務
- 政府による自殺対策大綱の策定、国会への年次報告 等



平成28年3月 自殺対策基本法の改正(議員立法)【4月施行】

- 基本理念の追加(保健、医療、福祉、教育、労働等の関連施策との有機的連携等)
- 都道府県・市町村自殺対策計画の策定義務化 等



令和元年 自殺対策の総合的かつ効果的な実施に資するための調査研究及びその成果の活用等の推進に関する法律(議員立法)

- 国立精神・神経医療研究センター(NCNP)から、自殺総合対策推進センター(JSSC)の業務を切り出し。研究だけでなく、地方自治体の実践的な支援等も行う。
- 令和2年4月、いのち支える自殺対策推進センター(JSCP)が、厚生労働大臣指定法人として始動。

自殺対策基本法の一部を改正する法律 概要

目的規定の改正(第1条)

- 目的規定に「誰も自殺に追い込まれることのない社会の実現を目指して、これに対処していくことが重要な課題となっていること」を追加

基本理念の追加(第2条第1項・第5項)

- 自殺対策は、生きることの包括的な支援として、全ての人がかけがえのない個人として尊重されるとともに、生きる力を基礎として生きがいや希望を持って暮らすことができるよう、その妨げとなる諸要因の解消に資するための支援とそれを支えかつ促進するための環境の整備充実が幅広くかつ適切に図られることを旨として、実施されなければならない
- 自殺対策は、保健、医療、福祉、教育、労働その他の関連施策との有機的な連携が図られ、総合的に実施されなければならない

国の責務の改正(第3条第3項)

- 国による地方公共団体に対する必要な助言その他の援助

自殺予防週間・自殺対策強化月間(第7条)

- 自殺予防週間(9月10日～9月16日)を設け、啓発活動を広く展開
- 自殺対策強化月間(3月)を設け、自殺対策を集中的に展開

関係者の連携協力(第8条)

- 国、地方公共団体、医療機関、事業主、学校、民間の団体その他の関係者による相互の連携・協力

都道府県自殺対策計画等(第13条)

- 都道府県・市町村は、それぞれ都道府県自殺対策計画・市町村自殺対策計画を定める

都道府県・市町村に対する交付金の交付(第14条)

- 国は、都道府県自殺対策計画・市町村自殺対策計画に基づいて当該地域の状況に応じた自殺対策のために必要な事業、その総合的かつ効果的な取組等を実施する都道府県・市町村に対し、交付金を交付

基本的施策の拡充

〔調査研究等の推進・体制の整備〕（第15条）

- ① 自殺の実態、自殺の防止、自殺者の親族等の支援の在り方、地域の状況に応じた自殺対策の在り方、自殺対策の実施の状況等又は心の健康の保持増進についての調査研究・検証及びその成果の活用の推進・先進的な取組に関する情報の収集、整理及び提供
- ② 国・地方公共団体による①の施策の効率的かつ円滑な実施に資するための体制の整備

〔人材の確保等〕（第16条）

自殺対策に係る人材の確保、養成及び資質の向上に必要な施策を講ずるに当たって、大学、専修学校、関係団体等との連携協力を図る旨の規定を追加

〔心の健康の保持に係る教育・啓発の推進等〕（第17条）

- ① 国民の心の健康の保持に係る施策として「心の健康の保持に係る教育及び啓発の推進並びに相談体制の整備、事業主、学校の教職員等に対する国民の心の健康の保持に関する研修の機会の確保」を規定
- ② 学校は、保護者・地域住民等との連携を図りつつ、各人がかけがえのない個人として共に尊重し合いながら生きていくことについての意識の涵養等に資する教育・啓発、困難な事態、強い心理的負担を受けた場合等における対処の仕方を身に付ける等のための教育・啓発その他児童・生徒等の心の健康の保持に係る教育・啓発を行うよう努める

〔医療提供体制の整備〕（第18条）

自殺のおそれがある者への医療提供に関する施策として、良質かつ適切な精神医療提供体制の整備、精神科医とその地域における心理、保健福祉等に関する専門家、民間団体等との円滑な連携の確保を規定

必要な組織の整備（第25条）

- 政府は、自殺対策を推進するにつき、必要な組織を整備

施行期日（附則）

- 平成28年4月1日から施行

「自殺総合対策大綱」（概要）

※下線は旧大綱からの主な変更箇所

平成28年の自殺対策基本法の改正や我が国の自殺の実態を踏まえ抜本的に見直し

第1 自殺総合対策の基本理念

誰も自殺に追い込まれることのない社会の実現を目指す

- 自殺対策は、社会における「生きることの阻害要因」を減らし、「生きることの促進要因」を増やすことを通じて、社会全体の自殺リスクを低下させる

阻害要因：過労、生活困窮、育児や介護疲れ、いじめや孤立等
促進要因：自己肯定感、信頼できる人間関係、危機回避能力等

第2 自殺の現状と自殺総合対策における基本認識

- 自殺は、その多くが追い込まれた末の死である
- 年間自殺者数は減少傾向にあるが、非常事態はいまだ続いている
- 地域レベルの実践的な取組をPDCAサイクルを通じて推進する

第3 自殺総合対策の基本方針

1. 生きることの包括的な支援として推進する
2. 関連施策との有機的な連携を強化して総合的に取り組む
3. 対応の段階に応じてレベルごとの対策を効果的に連動させる
4. 実践と啓発を両輪として推進する
5. 国、地方公共団体、関係団体、民間団体、企業及び国民の役割を明確化し、その連携・協働を推進する

第4 自殺総合対策における当面の重点施策

1. 地域レベルの実践的な取組への支援を強化する
2. 国民一人ひとりの気づきと見守りを促す
3. 自殺総合対策の推進に資する調査研究等を推進する
4. 自殺対策に係る人材の確保、養成及び資質の向上を図る
5. 心の健康を支援する環境の整備と心の健康づくりを推進する
6. 適切な精神保健医療福祉サービスを受けられるようにする
7. 社会全体の自殺リスクを低下させる
8. 自殺未遂者の再度の自殺企図を防ぐ
9. 遺された人への支援を充実する
10. 民間団体との連携を強化する
11. 子ども・若者の自殺対策を更に推進する
12. 勤務問題による自殺対策を更に推進する

第5 自殺対策の数値目標

- 先進諸国の現在の水準まで減少させることを目指し、平成38年までに、自殺死亡率を平成27年と比べて30%以上減少
(平成27年18.5 ⇒ 13.0以下)

(WHO:仏15.1(2013)、米13.4(2014)、独12.6(2014)、
加11.3(2012)、英7.5(2013)、伊7.2(2012))

第6 推進体制等

1. 国における推進体制
2. 地域における計画的な自殺対策の推進
3. 施策の評価及び管理
4. 大綱の見直し

2) 「#いのちSOS」緊急プロジェクトとは

コロナ禍で、**いのち（自殺）の危機に直面している人を、社会全体で支え合うためのプロジェクト。**

様々な悩みや問題を抱えた人が、然るべき相談窓口や制度、居場所活動等の支援に迅速かつ的確につながれるようにし、同時に、支え手（潜在的な人も含め）が協力し合える受皿を作る。（孤立している「支え手」がつながれるようにする。）

具体的には、**対面・電話・ネットのすべてにおいて「#いのちSOS」相談窓口を開設（既存の制度等も活用）。**医療における**“救急外来”の役割**を担う相談窓口を全国に（オンライン上にも）作り、それらの連動性を高める。

対面版：生活困窮者自立支援事業の相談窓口にPSWや公認心理師等を配置することで実現可能
電話版：自殺対策11団体が連携・始めた「#いのちSOS」電話相談を強化することで実現可能
ネット版：現在行われている自殺対策SNS相談を強化することで実現可能

命の危機に直面し、誰かの助けを必要としたとき、**誰もが、対面・電話・ネット、いずれかの「#いのちSOS」相談窓口に辿り着けば、そこを入口として、必要とする様々な支援につながれる**（**「生きることの包括的な支援」**を得られる）ようにする。

社会的な問題が顕在化している今こそが、我が国のセーフティーネットを強化する絶好のチャンスと捉えるべき。

3) 官民連携と相談事業のDX化で「3大課題」をクリア

「#いのちSOS」緊急プロジェクトの実現には、**3つの大きな課題**がある。

①**相談への誘導：**

悩みや課題を抱えた人に、どうやって相談窓口に辿り着いてもらうか。

②**相談の受皿強化：**

寄せられる数多の相談への対応を、どうやって確実に行えるようにするか。

③**出口戦略：**

窓口につながった相談者を、どうやって確実に支援軌道に乗せるか（その人が必要とする社会資源に、どうやって確実につなげるか）。

⇒ただ、これらはすべて、官民が連携して、相談支援のDX（デジタルトランスフォーメーション）化を図れば乗り越えられる。

3つの課題への具体策

▼相談への誘導

- ①相談窓口の名称をシンプル（#いのちSOS）にして啓発しやすくする。
- ②マスコミと連携して、3月の自殺対策強化月間にキャンペーンを行う。
- ③5G時代を見据え、IT技術者コミュニティと連携してオープンソースの同アプリを開発し、通信事業者と連携してスマホにプレインストール。多くの人にとって当たり前のツールに育てる。
- ④ワクチン接種を「支援情報を提供する絶好の機会」として活用する。
- ⑤緊急災害速報のようなプッシュ型の情報発信を行う。

▼相談の受皿強化

- ①相談対応システムをDX化し、相談対応の効率化を図る（SVやCOの相互活用）。
- ②DX化により、相談員が自宅で相談対応可能にし、相談員の大幅な増強を行う。
- ③相談対応の統一規格化（ゆるやかな）を図り、全国の団体が相談支援の枠組みに参画可能にする。

▼出口戦略

- ①総理が全国の首長に連携を呼びかけて、官民連携の全国プロジェクトとして展開する。
- ②官民が連携して全国の社会資源の確認や掘り起こしを行う（「生きる支援策」の一斉棚卸し）。
- ③相談者が社会資源に確実に辿り着けるようにサポートする、寄り添い型支援を強化する。

▼その他、関連施策：支援者支援（誰もが、身近な人を支えるスキルを学べる無料動画の公開等）／自殺未遂者支援（再び自殺行動をしなくて済むような包括的な支援の実践）／中学校での「精神疾患に関する教育」の実施（精神疾患症状の出現ピークは14歳と言われており、それまでに行うべき）／SOS教育の徹底、等

まとめ

全国には「この状況をなんとかするために自分も力になりたい」と思っている人が少なくない。

「#いのちSOS」緊急プロジェクトは、そうした人たちがつながる（力を結集させる）機会にもなり得る。

ピンチをチャンスに変えるためにも、官民が連携して緊急的にこれを進めたい。