

令和6年度 草津市自殺対策推進会議 議事概要

□ 日 時： 令和6年10月3日（木） 14時00分～15時30分

□ 場 所： 草津市役所4階 行政委員会室

□ 出席委員： 12名

一般社団法人 草津栗東医師会、草津市まちづくり協議会連合会、滋賀いのちの電話、
自死遺族の会 凧の会、社会医療法人 誠光会 淡海医療センター、ハローワーク草津、
社会福祉法人 草津市社会福祉協議会、草津市民生委員児童委員協議会、草津商工会議所、
草津保健所、市民公募2名

□ 事務局：

健康福祉部：板垣理事、松尾副部長

健康増進課：井上課長、村上課長補佐、上野係長、沼田副係長、伊藤保健師、竹本保健師

1. 挨拶

【理事挨拶】

委員の皆様には、御多用のところ、「令和6年度草津市自殺対策推進会議」に御出席をいただきまして、誠にありがとうございます。また、日頃から、本市の保健衛生行政に多大なる御支援と御協力をいただき、厚くお礼申しあげます。

さて、我が国の自殺者数については、平成22年以降、減少傾向にあるものの、令和5年度においても未だ2万人を超える方が亡くなっており、深刻な社会問題となっております。

本市におきましても、毎年、20人を超える尊い命が自殺によって失われており、新型コロナウイルス感染症が一定の収束を迎えたものの、コロナによる社会経済上の変化や長期的影響への懸念等もあり、未だ予断を許さない状況にあります。市民の皆様をはじめ、地域・行政・関係機関がこれまで以上に連携し、自殺対策を総合的に取り組み、「かけがえのない“いのち”を大切にする社会の実現」に向けた取組を推進していくことが重要であると考えております。

こうした中、昨年度、委員の皆様には慎重なる御審議をいただき、第3次草津市自殺対策行動計画を策定させていただいたところでございますが、今年度より、当該計画のもと、各種施策を展開しているところでございます。

本日は、本市の自殺の現状や今後の取組を御報告させていただくとともに、今後の自殺対策の推進に向け、広く御意見を頂戴したいと考えております。

委員の皆様におかれましては、限られた時間ではございますが、忌憚のない御意見をいただきますようお願いいたしまして、開会にあたりましての私の挨拶とさせていただきます。

本日は、どうぞよろしくお願いいたします。

【事務局】

<草津市附属機関運営規則に基づき、本協議会が成立していることを報告>

2. 報告事項 (1) 第3次草津市自殺対策行動計画の進捗管理について

(2) 草津市における自殺の実態について

【事務局】

(資料1、資料2、第3次草津市自殺対策行動計画、概要版に基づき説明)

- 【委員】救急で自殺未遂された方を受け入れているが、過量服薬の方が大多数である。大学生は他の県や地方から来られている方もたくさんおられ、大体が実家に帰られるなど、親御さんのもとでしばらく過ごされる方が多いため、そちらの市とやり取りをさせていただくこともある。
- 【委員長】自殺の実態の対象は草津市に住所がある方か。
- 【事務局】草津市に住民票のある方である。
- 【委員長】大学生は実家に住所がある方もいるので、実際はもう少し数が多いかもしれない。
- 【事務局】昨年度、立命館大学と意見交換し、市外に住民票を置かれている学生の状況について聞かせていただいた。在学中は大学で支援されており、場合によっては市にもご相談いただくようお願いしているものの、大学を辞めて地元に戻られる方もいらっしゃるため、全数が把握できていないのが現状。ただし、必ずしも住民票が草津市になくとも、ご相談を受けながら対応していければと考えており、状況に応じてお住まいの自治体の方との連携も図っていければと考えている。
- 【委員長】多くの自殺対策は草津市に住所がなくてもその対策の対象と考えてよいか。大学と協働した取組はすごく重要だと思う。
- 【事務局】住民票の有無に関わらず、対策の対象としている。
- 【委員】過量服薬の薬は市販で売られているものか。実態は見えているのか。
- 【委員】当院だけの実態になるが、市販薬をかなりの量飲んで来られる方と、元々精神科へ通院をされていて、処方薬を溜めて一気に飲まれる方の2パターンがある印象。
- 【委員長】補足をすると、過量服薬は自傷・自殺行為の一つであり、死にたいくらいつらい気持ちだということ。また、風邪薬の中にコデインが入っていて、用量を間違えると医療機関へ運ばれてしまうこともある。もう一つ、ベンゾジアゼピンという薬は、精神科で処方されることも多いが、実は内科での処方も多い。医療機関の中で内科の先生方も巻き込んでいかないと自殺対策はなかなかうまくいかないため、気をつけてやっていきたい。
- 【事務局】湖南いのちサポート相談事業で繋いでいただく方で、市販薬の過量服薬の方はとても多い印象である。びわこ薬剤師会と連携のもと、教育現場とも協働して啓発等の取り組みを進めていきたいと考えている。
- 【委員長】薬剤師は、ゲートキーパーの最初の人になりうる方々なので、そのアプローチはすごくよいと思う。
- 【委員】湖南いのちサポート相談事業の件数は今年度かなり多い。過量服薬のケースが多いが、繰り返される方も大変多い。湖南いのちサポート相談事業は、未遂者が繰り返し自殺企図されないよう支援していく事業である。家族の背景にも目を向けながら環境調整も含めて引き続き支援を続けていきたいと思っている。
- 【委員長】自殺未遂をした方が、もう1回自殺未遂をしてしまうことはよくある。我々サポーターが自分の力が及ばなかったと思わないことが大事で、何度もそういう行為を繰り返しながらでもその人が成長していくのをサポートしていくことが大事。我々が無力なのではなく、その人が成長する過程にあると捉えたとよい。「また助けるからね」という気持ちで関わっていただきたい。自殺未遂の再企図のリスクの一因は、その前に自殺未遂をしたことがあるかどうかである。サポートいただく委員の皆様方には逃げないで関わってほしい。

3. 協議事項 自殺対策推進のための啓発について

【事務局】

(資料3、第3次草津市自殺対策行動計画に基づき説明)

- 【委員】昨年度の本会議において、ゲートキーパーの認知度がなかなか普及しない、ゲートキーパー研修として募集すると人の集まりが難しく、ハードルが高そうという意見があったが、改善点や現状はどうか。
- 【事務局】今年度の研修会のチラシについて、ゲートキーパーという言葉自体は残しつつも、優しい色味のチラシにするとともに、「あなたと大切な人の“こころ”を考える時間」として、広く捉えられる文言にした。ご自身のこころの部分についても振り返っていただき、受講した結果、ゲートキーパーとして役割を果たしていただければと考えてこのようにした。今年度、既に申し込みの受付を開始しており、昨年度よりもたくさんの方のお申し込みをいただいているところである。また、研修会の開催だけでは、受講人数を増やすことが難しい状況があるため、こちらからいろいろなところに出向かせていただく、また人が集まられる際にあわせてゲートキーパー研修を実施させていただく形で、ゲートキーパーの認知度を上げていくことを目指して取り組んでいる。
- 【委員】過量服薬をしたらこういう副作用がある、過量服薬したせいでこうなったといったエピソード等、もっと具体的な少し怖い話も載せてよいのではないか。
- 【事務局】リスクの部分をどこまで伝えた方がよいか薬剤師会とお話し、「クスリをリスクにしないために」といったフレーズを入れさせていただいた。副作用のお話は盛り込めていない状況であるため、相談窓口に繋がる二次元コードの先にリスクの部分が出てくるようにする等の工夫を考えていけたらと思う。
- 【副委員長】薬を飲んでおられる方は高齢者も多い。高齢者の薬の管理が悪かったときに同居をされている若い方や子どもたちが服用してしまうことが懸念される。先日、敬老会で薬剤師会の方に余った薬はどう処分したらよいのか等、薬の管理の仕方を教えていただいた。参加者から、初めてこんな話を聞いたということもあり、今後こういった視点を入れて、自殺対策を進めていってはどうか。
- 【委員】過量服薬される方について、薬はどこから手に入れて何を飲んでどれだけ飲み続けているのか、後遺症はあるのかについて情報があれば教えていただきたい。
- 【委員長】薬を飲みたくなるときはその場から逃げたいという気持ちがある。辛い状況を忘れてくて寝てしまいたい、死んだらそれはそれでよいと思っているところがある。血圧の薬等を過量服薬することはあまりなく、抗精神病薬や睡眠薬を飲まれることが多い。風邪薬は、100錠200錠飲まれる方がおられるが、それ以外の薬はあまりない。最近、リストカットは痕が見えるのでかっこ悪いという文化になっており、若い方があまりしなくなった。
- 過量服薬のときに解離といって、自分が自分でないような状態のときに、飲んで忘れてしまいたいということがあるが、そのときに他の行動をしてしまうと本当に死んでしまうことがある。後遺症としては、寝たきりになり、背中に血液が十分行かなくなると褥瘡ができる、脊髄が麻痺してしまって歩けなくなるという報告もある。
- 次に啓発について、各団体事業所で取り組んでいること、あるいは今後草津市と一緒にできること等を順番に教えていただきたい。
- 【委員】ハローワークに来所される方の中に自殺をほのめかす方がおられる。希望の事業所を不採用になり、電話で今から死にますというケースもあれば、何回も死をほのめかす電話をされるケースもある。採用に至らないと自己否定されているような感覚になり、自分なんかいてもいなくてもよい存在なんだと自信を喪失される方がいらっしゃって、まさに自殺対策の啓発活動はすごく頑張っていかなければならないと思うが、少し落ち込む時期には逆にハローワークに来られなくなり、必要な情報を必要なタイミングで見えていただけない。
- 【委員長】ポスターやステッカーを貼っていただくことは可能か。
- 【委員】可能。
- 【委員】大路区の取組を私の地域でもできればと思う。力を入れてやらないとできないと思うが、やってほしい。ゲートキーパー研修の案内を学区内のメンバーに出したが、参加したのは私だけだった。メン

バーみんなに受けてほしいと思うので出前講座のように、自治会の役員会のときに、たとえ 10 分でも PR できる場を持ってもらう等ができればよい。

【委員長】地域の力はすごく重要。地域の力によって支えられたり、解決したりなど、精神科に来る以前のところで防げる場合がある。地域の力をどう強くしていくかは草津市での課題だと思うので、ご指導ご協力願いたい。

【委員】医療機関にはかなりの数の職員がいるが、看護師や看護助手は接し方に悩みながら日々ケアにあたっているの、ゲートキーパーについて院内でも啓発させていただけたらと思う。当院内には精神科がなく、心療内科の非常勤の先生が、入院中の患者さんだけを見に来ていただくというような十分な体制ではない中で、どうしたらよいのかと思いながら、日々調整をしている。精神科のクリニックや病院との連携や交流、顔が見える関係がないので、連携がとりやすくなるような仕組みがあればありがたい。

【委員】凧の会は自死遺族の方の支援を行っており、ご遺族に対しての支援を引き続き行っていきたい。他の市ではあるが、去年と比べて今年は病院に来られる自死の方が 2 倍ぐらい増えているという状況があり、病院も対応に困っているため、当会としてもできるだけご協力させていただければと思っている。ご遺族の方がご希望されるのであれば、当会にもご相談いただけたらできるだけことはさせていただきたい。

【委員】健康推進員では健康な人を対象に活動していることが多い。心の健康という視点をもって活動していければと思う。若い世代の自殺の方が多いが、私達の活動で一番啓発を届けにくい世代が若い男性女性であるため、若い世代に向け健康推進員の活動ができればよいと思う。一方で、女性の 60 代と 80 代以上の自殺者数ゼロは高齢者に対する活動を頑張った甲斐があったと思う。やはり高齢者の方も元気でいていただきたいというのもあり、直接自殺対策に関わる活動ではないが、心の健康という視点も持って頑張ってみんなで活動を続けていきたい。

【委員長】全国では高齢の方が自殺で亡くなる人が多いのでその対策もすごく重要だと思う。

【委員】若者と働き世代の自殺は大きな課題で、地域の中では働いている方々へのアプローチはしづらいが、企業や事業所にとっては従業員が長期で心を痛めて休まれることは大きな痛手で、今経産省を中心に健康経営に大変力を入れているところ。若者が会社を選ぶ一つの指標にメンタルヘルスに取り組んでいるか、健康経営に取り組んでいるかということもあるため、商工観光労政課と連携した研修会はぜひ進めていただけたらと思う。今、厚労省ではゲートキーパーというと一次予防として未然に自殺を防ぐことに焦点を当てているが、国ではさらに健康なまちづくりを進めていきたいということで、「心のサポーター」を 100 万人養成するという目標を掲げている。滋賀県でも 10 年で 1 万人を養成しようとしている。心のサポーターは 0 次予防、いわゆる職場で言えば働きやすい環境を作っていくことや、地域であれば行くと居心地がよいなと感じるような場所を作っていくこと等の環境づくり、それから早く気づいて声をかける、話を聞く、寄り添うことであり、ゲートキーパーと比べ「心のサポーター」は少しとつきやすいと思う。地域をあげてみんなが健康で居心地のよい地域になるための健康なまちづくりとして、心のサポーターを今後広げていこうと国も県も考えており、草津市と一緒に進めていけたらと思う。

【委員長】補足だが、三次予防は病気を治す、一次予防は病気以前のところで健康を保とうとする、さらに 0 次予防というのは非常にもっと健康な状況で、病気に陥らないようにしようということである。

【副委員長】私自身、この会議に参加させていただいたのは 3 年前からだが、そのときに草津市の実態を初めて知った。こういったことをまちづくり協議会の中で話すと、ほとんどの方がご存知なかった。そのような中で、ことあるごとに人の集まる場で自殺の実態について皆さんの協力を得ながらお示しをしてきた。自殺対策を項目に挙げて、各活動をされる中に入れてもらえるようお願いしながら進めている。

まちづくりに携われる方に実態をお示しすることによって、いろいろなことに気づいていただく機会となるので、今後も取り組みを進めていきたいと思う。

【委員】私は今、高齢者施設の運営やまちづくり協議会、社会福祉協議会に関わっている。その中で一人暮らしの独居高齢者についてはお弁当を配ったり、見守りをしている。地域においても、高齢者虐待はあっても、自殺はなかなかなじみが薄い。せっかく地域に民生委員児童委員協議会や社会福祉協議会もあれば、保護司さんもおられる等、いろいろな方が集まっている組織があるため、一度何ができるのかについて考えていきたいと思う。

【委員】ゲートキーパーの申し込みフォームを確認してみると、名前や所属先等を入力するようになっているが、何で受講したか、受講してどうなりたいか、どうやって知ったか等の項目があれば、より自分の思いを伝えたい人は伝えられるかと思う。必須項目にしないことで、書きたい人は書いていただき、それを研修の中で紹介したりすると、身近になるのではないかと思う。残された遺族の人のエピソードを見てもらえるよう発信してはどうか。私は不登校の保護者の支援をやっているが、子どもがリストカットしたとか、そういった話はすごくよく聞く。自殺についての知識が保護者にはなく、子どもが学校に行っていないので情報を得るのも難しい。不登校の子どもに特化しなくてもよいが、保護者が自殺に対する知識を持っていると、声かけも少し変わってくると思う。子どもはお母さんに攻められると自分の自己肯定感が下がり、逃げたい気持ちになると思うので、保護者に対してアプローチしていただきたらと思うが、教育委員会と連携してやっていくのがいいのではないか。

【委員】いのちの電話の相談員の養成講座については、開校ができないくらい応募が少なく、ここ数年相談員が増えない、むしろ減っていくのが現状。こころの健康づくりはもちろん大事にしていかなければいけないが、ハイリスク者への支援をしていくため、事例検討など、情報共有が何らかの形でできるとありがたい。

【委員】商工会議所の経済担当であり、第一義に自殺対策の研修会等が企画しづらいと常を感じているところだが、不必要と思っているのではなく、健康経営や健康がなぜ生産性向上に繋がるのかというところを、経済的な視点でアプローチしていきたい。また、人権研修を複数回開催しているため、側面的なフォローにはなるが、何かしらできることは活動として加えていけたらと思っている。

4. その他

<説明>ゲートキーパー養成研修の開催について、国スポ・障スポの啓発資材について事務局より説明

閉会

【副部長挨拶】

委員の皆様方におかれましては、それぞれの立場から大変貴重な実態や取り組み、思いを伝えていただきまして、非常に貴重な時間となりました。情報交換させていただくことでますます自殺対策が推進していくと思っております。ご意見を踏まえまして、計画の基本目標であります「かけがえのない“いのち”を大切にする社会の実現」を目指しまして、自殺対策の更なる推進に向け取り組みを進めてまいりたいと考えております。皆様方には引き続きいろいろな形で自殺対策推進に向けまして連携協力をお願いしたいと思っております。今後ともご支援賜りますようよろしくお願い申し上げます。本日は誠にありがとうございました。

以上