

- 1 日本の自殺者数は、2013年（平成25年）以降の10年間で「約何万人」にのぼるか？
 - A 約3万人
 - B 約11万人
 - C 約22万人
 - D 約64万人

- 2 G7、主要七か国の中で、日本の自殺死亡率は何番目に高いか？（「令和4年版自殺対策白書」より）
 - A 最も高い
 - B 2番目に高い
 - C 2番目に低い
 - D 最も低い

- 3 2022年（令和4年）において、日本で自殺者数の割合が最も大きい「年代×性別」はどの組み合わせか？（「令和4年中における自殺の状況」より）
 - A 10～20代の女性
 - B 30～40代の女性
 - C 40～50代の男性
 - D 80歳以上の男性

- 4 「自殺の原因・背景」として、正しいものは次のうちどれか？
 - A 自殺の原因・動機として最も多いのは経済・生活問題である。
 - B 自殺の多くは、様々な要因が連鎖する中で起きている。
 - C 自殺の原因は非常に単純で、うつ病が大半を占める。
 - D 健康問題は、自殺の原因・動機になりにくい。

- 5 「自殺対策基本法」について、正しくないものは次のうちどれか？
 - A 目的に「誰も自殺に追い込まれることのない社会の実現」が謳われている。
 - B 自殺を個人的な問題として捉えることの重要性が謳われている。
 - C 自殺対策基本法が作られたのは2006年である。
 - D 自殺対策基本法に基づいて自殺総合対策大綱が策定されている。

- 6 「生きることの包括的な支援」について、正しくないものは次のうちどれか？
 - A 生きることの阻害要因を減らす取組が含まれる。
 - B 生きることの促進要因を増やす取組が含まれる。
 - C 自殺の実態に即して相談窓口や専門家が連携して行うことが必要となる。
 - D 自殺対策の担当部署が単独で行うことが必要となる。

- 7 三階層自殺対策連動モデルにおける「三つの階層」とは、何を指しているか？
 - A 1次予防・2次予防・3次予防
 - B 実態解明・人材育成・啓発と周知
 - C 自殺予防・危機介入・事後対応
 - D 対人支援・地域連携・社会制度

- 8 「地域自殺対策の推進体制」について、正しくないものは次のうちどれか？
 - A 知事や市町村長が責任者となることが重要とされる。
 - B 医療機関だけで対応することが望ましい。
 - C 全庁的な取組として関係部局が緊密に連携するための体制が求められる。
 - D 地域の警察署や消防署も連携の枠組みに加わる自治体もある。

- 9 「生きる支援に関する既存事業との連携」について、正しくないものは次のうちどれか？
 - A 「餅は餅屋」であり、自殺対策は担当者に任せ切る必要がある。
 - B 様々な事業が自殺対策に関連し得る可能性を持っている。
 - C 各部署が担当する事業に、生きる支援の視点を加えることが大切である。
 - D 全庁的な取組として自殺対策を進めるには既存事業との連携が重要である。

- 10 「地域づくりとしての自殺対策」について、正しくないものは次のうちどれか？
 - A 自殺対策は医療や福祉、法律の専門家のみによって進められるべき取組である。
 - B 自殺対策は行政だけで担えるものではなく、地域住民との協力が重要である。
 - C 自殺対策の推進は、地域を支えるセーフティーネットづくりにもなる。
 - D 誰も自殺に追い込まれることのない社会の実現に向けて、地域の取組が鍵を握る。

- 1 厚生労働省の調査では、回答者の約何%が「これまでの人生の中で、本気で自殺したいと考えたことがある」と答えたか？
 - A 約5%
 - B 約15%
 - C 約25%
 - D 約50%

- 2 自殺を考えている人が陥りがちな心理状態として、あてはまらないものは次のうちどれか？
 - A 「自分の居場所なんてどこにもない」
 - B 「自分が生きていることで周りの迷惑になっている」
 - C 「困ったときは、信頼できる人にいつでも相談できる」
 - D 「この状況から抜け出すには、自殺するしかないのではないか」

- 3 厚生労働省の調査では、どれくらいの回答者が「誰かに悩みを相談したり、助けを求めたりすることにためらいを感じる」と答えたか？
 - A 約2人に1人
 - B 約3人に1人
 - C 約5人に1人
 - D 約10人に1人

- 4 自殺の危険につながりかねない状況として、あてはまらないものは次のうちどれか？
 - A 自殺未遂をした経験がある
 - B 身近な人との死別体験がある
 - C 支援者やソーシャルサポートが足りない
 - D 地域の支援組織から十分なサポートを得ている

- 5 ゲートキーパーになるために必須となる資格について、正しいものは次のうちどれか？
 - A 自殺対策に関する特別資格
 - B 心理に関する専門資格
 - C 医療に関する専門資格
 - D 特別な資格は必要ない

- 6 ゲートキーパーの4つの役割にあてはまらないのは次のうちどれか？
 - A 気づき：周囲の人の変化に気づいて、声をかける役割
 - B 傾聴：相手の気持ちを尊重しながら、耳を傾ける役割
 - C つなぎ：必要に応じて、相談窓口や専門家に早めに相談するよう促す役割
 - D 監視：積極的に声をかけて相手の死にたい気持ちの変化を監視する役割

- 7 ゲートキーパーが「大切にすべきこと」として、あてはまらないものは次のうちどれか？
 - A 話を真剣に聴こうとするこちらの姿勢を意識的に伝えること
 - B 心の準備をしたうえで、誠実な態度を心掛けること
 - C 相手が体験したことや感じていることを、批判せずに聴くこと
 - D 押し付けと思われようとも、相手に対するこちらの評価をはっきり伝えること

- 8 ゲートキーパーが積極的に行うことが望ましいのは次のうちどれか？
 - A 腕組をしながら話を聞くこと
 - B タイムキープを行うために、手元の時計を常に確認すること
 - C 勢いに任せて自分の感情を伝えること
 - D 真剣に聞いていることを意識的に伝えるために相づちを打つこと

- 9 ゲートキーパーの役割を果たすために必要なことは次のうちどれか？
 - A 4つの役割をすべて完璧に担う
 - B 4つの役割のうち、どれかひとつだけでも担う
 - C 誰にも頼ることなく、専門家としての責任を全うする
 - D 自殺を止めるために、「死にたい」という気持ちをとにかく否定する

- 10 ゲートキーパーがセルフケアとして大切にすべきことのうち、あてはまらないものは次のうちどれか？
 - A 支える側のゲートキーパー自身が支援を受ける
 - B ストレスを感じても誰にも相談せずに自身で抱え込む
 - C 気持ちを落ち着かせるための方法をあらかじめ考えておく
 - D うまくいかないときがあっても、自分をねぎらう気持ちを大事にする