



いのち支える



いのち支える自殺対策推進センター ニュースレター 第41号 (2025.03.07)



いのち支える自殺対策推進センター（JSCP）のニュースレターにご登録いただき、ありがとうございます。3月は「自殺対策強化月間」です。JSCPでもこの強化月間にあわせて自殺対策に関する啓発活動などを実施しています。本号では、「全国自殺対策主管課長等会議・地域自殺対策推進センター連絡会議」や「自死遺族等支援団体向け研修」、「令和6年度自殺未遂者ケア研修」の様子などを紹介しています。

※このメールは、本ニュースレターの配信を希望された方や、当団体の活動を通して、連絡先を頂戴した方に送信しています。今後メールの受信をご希望されない方は、お手数をおかけしますが、[こちら](#)から配信停止手続きをお願いいたします。

〈ニュースレター第41号 トピックス〉

1. 【自殺対策】自殺対策強化月間について
2. 【開催レポート】令和6年度第2回「全国自殺対策主管課長等会議・地域自殺対策推進センター連絡会議」
3. 【開催レポート】自死遺族等支援団体向け研修
4. 【調査・研究】「大学生の自殺の状況」に関する調査概要を公表
5. 【開催レポート】令和6年度自殺未遂者ケア研修「精神科救急版」
6. 【開催レポート】令和6年度自殺未遂者ケア研修「第2回 かかりつけ医版」
7. 【啓発】JR東日本特設サイトに「こころのオンライン避難所」掲出協力

1. 【自殺対策】自殺対策強化月間について

進級・進学や就職・人事異動などにより生活環境が変化しやすく、季節の変わり目でもある3月は、心身のバランスを崩しやすい時期です。自殺対策基本法では、例年、月別の自殺者数が最も増える傾向がある3月を「自殺対策強化月間」と位置づけ、国、地方自治体、関係団体などが連携して「誰も自殺に追い込まれることのない社会」の実現に向けて相談事業や啓発活動などを集中的に実施しています。

◇2025年3月3日、石破茂内閣総理大臣は、自殺対策強化月間に向けたビデオメッセージを発信しました。

■総理大臣メッセージは[こちら](#)

◇また、2025年2月28日には福岡資麿厚生労働大臣とあべ俊子文部科学大臣、三原じゅん子子ども政策担当大臣及び孤独・孤立対策担当大臣の3大臣が連名で、悩みを抱える方や、子ども・若者に向けてメッセージを公開しています。

■大臣メッセージは[こちら](#)

◇厚生労働省では、相談窓口、ゲートキーパー、自殺対策の取り組みなどの情報を分かりやすくまとめたサイト「まもろうよこころ」で、SNSなどで気軽に活用できるバナー画像やPDFのデータなどを集めたページ「広げてみよう支え合い」を公開しています。ぜひご活用ください。

■まもろうよこころ

<https://www.mhlw.go.jp/mamorouyokokoro/>

■広げてみよう支え合い

<https://www.mhlw.go.jp/mamorouyokokoro/sasaeai/#poster>

■各自治体における取り組みのまとめ

<https://www.mhlw.go.jp/content/001362520.xlsx>

■自治体や関係団体による支援情報の検索サイト

<https://shienjoho.go.jp/>

◇自殺対策強化月間が始まった2010年に、啓発の強化を目的として「いのち支える（自殺対策）プロジェクト」キャンペーンソングが選ばれました。「ワカバ」の楽曲である「あかり」という曲で、泣きたくても泣けない一人ぼっちの「あなた」に、ずるしても、逃げて、負けてもいいから、「どうか消えないで」と語りかけています。ぜひ、この機会にご視聴ください。

■ワカバの曲「あかり」

（「いのち支える（自殺対策）プロジェクト」キャンペーンソング）

<https://www.youtube.com/watch?v=ObMAh1WmKYg>

2. 【開催レポート】令和6年度第2回「全国自殺対策主管課長等会議・地域自殺対策推進センター連絡会議」を開催

JSCPは2025年2月13日、厚生労働省と連携し、全国の都道府県・政令指定都市の自殺対策主管課と地域自殺対策推進センター担当者を対象に、令和6年度第2回「全国自殺対策主管課長等会議・地域自殺対策推進センター連絡会議」をオンラインで開催しました。当日は、各都道府県・政令指定都市から、あわせて約150人が参加しています。

会議では、厚生労働省大臣官房参事官（自殺対策担当）の前田奈歩子氏が開催挨拶に続いて、「議題1 自殺の現状について」ならびに「議題2 令和6年度補正予算、令和7年度当初予算（案）の交付金事業に関する連絡事項について」を説明。前田氏は、2024年の年間自殺者数（暫定値）は2万268人で過去2番目に少なくなる一方、小中高生の自殺者数が過去最多となる見込みであること、特に女子中学生と女子高校生の自殺者数が大幅に増加していることなどを紹介したうえで、2024年度の補正予算で「こども・若者の自殺危機対応チーム事業」の立ち上げ等に係る予算を計上しており、「ぜひ積極的に活用いただき、こどもや若者の自殺防止に向けた取り組みを推進いただきたい」と述べました。

その後、「こども・若者の自殺危機対応チーム事業」と「自殺未遂者に対する地域における包括的支援モデル事業」について、事業の概要説明や両事業に取り組んできた自治体からの報告などを行いました。

会議終了後のアンケートでは、「各自治体の報告を通じて、事業の目的や内容、事業評価の視点などを伺うことができ参考になった」「事業の具体的な検討や立ち上げの流れを説明いただき、今後の検討にあたって参考になった」などの感想が寄せられています。

■レポートの詳細は[こちら](#)からご覧ください

3. 【開催レポート】令和6年度「自死遺族等支援団体向け研修・意見交換会」を開催

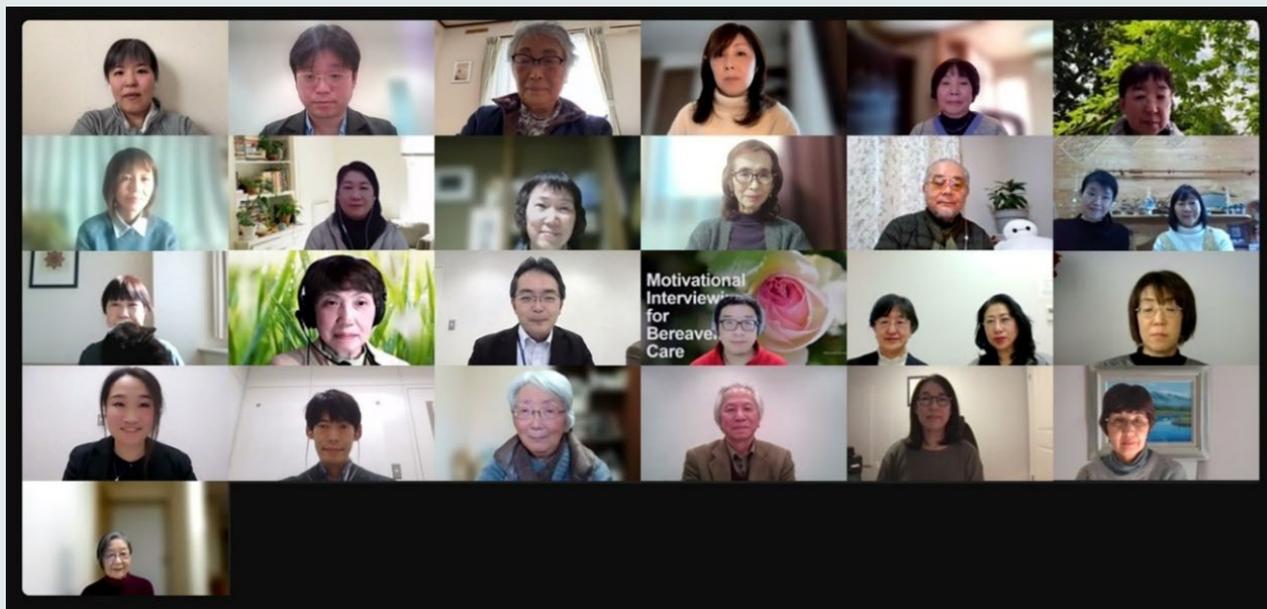
JSCPは2025年2月1日、自死遺族等支援を行っている民間団体を対象に、令和6年度「自死遺族等支援団体向け研修・意見交換会」をオンラインで開催しました。当日は全国から20団体、25人の方に参加いただ

きました。この研修は、全国の自死遺族等支援団体が意見交換する場を設け、活動を展開するうえでのヒントにさせていただくことを目的に、2022年度より毎年度開催しているものです。

今回は、2024年9月にJSCPが公開した「[自死遺族等を支えるために 総合的支援の手引（改訂版）](#)」を踏まえ、「民間団体における自死遺族等支援の課題」としてよく挙げられる「民間団体と地方公共団体の連携」「人材の確保や育成」「効果的な広報活動」の3つのテーマに沿って実施。手引の中で取り組みが紹介されている民間団体の事例紹介や、参加者によるグループディスカッションなどを行いました。研修の詳細レポートや手引改訂版に関する解説動画をJSCPのホームページで公開しています。

■研修の詳細なレポートは[こちら](#)をご覧ください

■研修の動画は[こちら](#)で視聴できます



研修・意見交換会の参加者の皆さんと、JSCP関係者の集合写真

※写真の掲載については、参加者の許可を得ています。

4. 【調査・研究】「大学生の自殺の状況」に関する調査概要を公表

JSCPは、警察庁の自殺統計データを用いて大学生の自殺の状況に関する分析を行い、その結果を2025年3月5日に公表しました。

今回の分析結果からは、以下のようなことが見えてきています。

- ・ 大学生の自殺者数は2011年以降減少傾向であったが、2019年に増加に転じ、近年も高止まりの状況が続いている。
- ・ 特に女性の増加傾向が顕著。
- ・ 年齢別自殺者数は21～22歳がピーク。
- ・ 全体の半数以上は、生前に精神科・心療内科に通院していない。

■詳細は[こちら](#)をご覧ください

5. 【開催レポート】令和6年度自死未遂者ケア研修「精神科救急版」を開催

JSCPは2025年1月26日、「令和6年度自死未遂者ケア研修『精神科救急版』」を都内で開催しました（主催：JSCP、共催：日本精神科救急学会・日本臨床救急医学会）。

研修には事前のe-learning形式を導入。受講者は事前にオンラインで講義を受けたうえ、当日に対面での多職種ワークショップに参加していただきました。

研修の対象は、精神保健福祉に従事する医師、看護師、精神保健福祉士、心理士、保健師などで、約50人が参加。8つのグループに分かれ、具体的な症例をテーマにディスカッションしました。

研修後のアンケートでは、「講師の講義やコメンテーターの精神科救急の視点からの助言、精神力動的視点からの助言など、参加して学びが多かった」「自分が若いころは対応の是非を問う間もなく専門職に対応を依頼していたが、今は自分自身でも対応する機会が増え、多職種のチームでの自分の役割やすべきことについて学びなおすことができた」といったコメントをいただいています。



当日はグループに分かれてディスカッションを実施

■詳細なレポートは[こちら](#)をご覧ください

■今後の「自殺未遂者ケア研修」の予定は[こちら](#)からご確認いただけます

6. 【開催レポート】令和6年度 自殺未遂者ケア研修「第2回かかりつけ医版」を開催

JSCPは、2025年2月16日、「令和6年度 自殺未遂者ケア研修『第2回かかりつけ医版』」をオンラインで開催しました。

対象は保健医療機関での業務に従事する医師、歯科医師で、全国から約150人が参加。事前にe-learningを受講してもらい、当日にオンラインでワークショップを実施しました。

ワークショップでは、Zoomの投票機能を活用して回答を収集し、結果を表示しながら進行。また、質疑応答では「このようなケースは希死念慮があると判断するか?」「このようなケースの精神状態を評価するのにあたってお勧めのスケールはあるか?」などの質問に対して、講師より実践的に回答しました。

■詳細なレポートは[こちら](#)をご覧ください

■今後の「自殺未遂者ケア研修」の予定は[こちら](#)からご確認いただけます

7. 【啓発】JR東日本特設サイトに「こころのオンライン避難所」掲出協力

自殺対策強化月間に合わせ、JR東日本は2025年2月1日から3月31日まで、「JR東日本・生きる支援」の取り組みとして特設サイトを制作し、JSCPが運営する「[こころのオンライン避難所](#)」などの案内を行っています。また、JR東日本の駅に設置されたディスプレイでは、相談窓口情報などの掲出もされています。「こころのオンライン避難所」は、ショックなニュースや自殺に関する報道に触れて心がざわついたときなどに、気持ちを落ち着けることができるセルフケアの方法や、周囲の人への声の掛け方、相談窓口の情報などを掲載しています。

■JR東日本「生きる支援」特設サイト

<https://www.jreast.co.jp/ikirushien/>

■YouTubeの「JSCP_広報室」チャンネルで、啓発動画や、研修動画等を順次公開中。ぜひご登録ください。
<https://www.youtube.com/channel/UCNWP2O5zTuul-j8GITeKzHQ>

■Yahoo!ニュースエキスパートで、JSCPとして自殺問題・自殺対策に関する記事を配信しています（JSCP 広報室長・山寺が執筆）。ぜひご覧ください。
<https://news.yahoo.co.jp/expert/authors/yamaderakaoru>

■X（旧 Twitter）でも発信中です。ぜひフォローください。
日本語版 X：https://twitter.com/JSCP_press
英語版 X：https://twitter.com/JSCP_www

■Facebook
<https://www.facebook.com/JSCP.press>

今後も、JSCP をどうぞよろしくお願ひします。
なお配信停止をご希望の場合には、以下のページから、お手続きをお願いいたします。
<https://jscp.or.jp/newsletter/>

厚生労働大臣指定法人・一般社団法人
いのち支える自殺対策推進センター（JSCP）
広報室 news@jscp.or.jp