

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
自殺対策に関する革新的研究推進プログラム
令和 8 年度 自殺対策推進レアルール（令和 7 年度委託研究成果報告会）
参加者アンケート結果

【ポイント】

- 自殺対策推進レアルールへの参加満足度は、「満足」と回答した割合が最も多く 60.5%、次いで「やや満足」が 38.7% を占めた。「やや不満」は 0.8% にとどまり、「不満」との回答はなく、全体として非常に高い満足度が得られている。
- 5つの研究課題別に、発表内容が参考になったか尋ねたところ、「大変参考になった」「やや参考になった」と回答した割合は 88.6～95.7% と、いずれも高い評価が得られた。
- 自殺対策推進レアルールへの意見としては、今後の研究進展への期待や、現場への実装を見据えて研究を進める必要性などが挙げられた。今後扱ってほしいテーマでは、こども・若者の自殺リスク把握や教育に関するテーマのほか、AI・ICT 技術や地域の相談支援に関するテーマへの関心がうかがえた。

1. はじめに

「令和 8 年度自殺対策推進レアルール（令和 7 年度委託研究成果報告会）」¹ を 8 月 31 日（月）にオンラインにて開催し、地方自治体職員を中心に 240 名を超える参加があった。アンケートには 124 件（参加者の 51.0%）の回答があった。

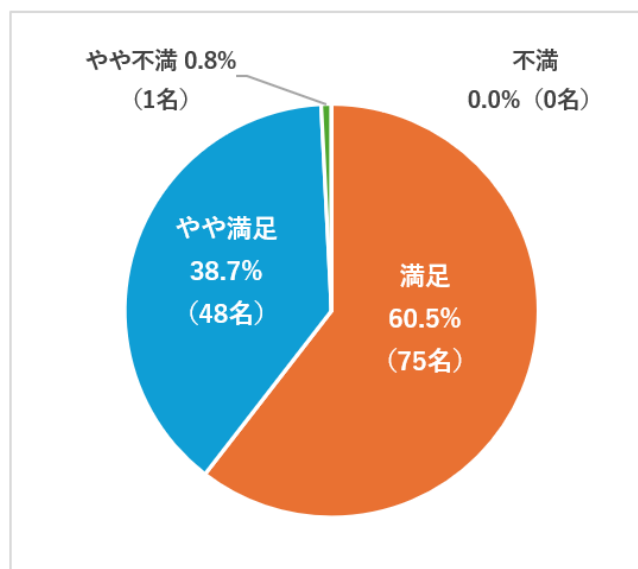
2. 自殺対策推進レアルールの満足度

自殺対策推進レアルールの満足度について、「満足」と回答した割合が最も多く 60.5%、次いで「やや満足」が 38.7% を占めた。「やや不満」は 0.8% にとどまり、「不満」との回答はなかった。以上から、全体として非常に高い満足度が得られたといえる（図表 1）。

満足度の理由に関する自由記述では、「満足」「やや満足」と回答した方の多くが、「様々な角度で最新の研究内容を知ることができた」「研究テーマの類似性と多様性のバランスがよかった」「これまで気付かなかった視点からの知見を得られ、視野が広がった」など、肯定的な理由を挙げている。

一方で、「専門用語が多く理解が難しい」「実務と結びつく内容が少ない」との指摘もあり、内容の難易度や現場への示唆等について課題が示された。

図表 1 自殺対策推進レアルール満足度（%）



3. 課題別発表についての評価

5つの研究課題別に、発表が参考になったかどうかを尋ねたところ、「大変参考になった」「やや参考になった」と回答した割合は 88.6～95.7% と、いずれも高い評価が得られた（図表 2）。

¹ 令和 8 年度開催 自殺対策推進レアルール（令和 7 年度委託研究成果報告会）の開催レポートは[こちら](#)

R7-1-1「簡易コンタクト法を併用した心理教育アプリは大学生と大学のつながり感を高めるか？」については、アプリを用いた介入プログラムによる対応や反応収集の即時性を評価する声があった。あわせて、「医療系だけでなく一般の大学でもフォロー体制ができるとよい」と、今後の展開を見据えた提案もあった。

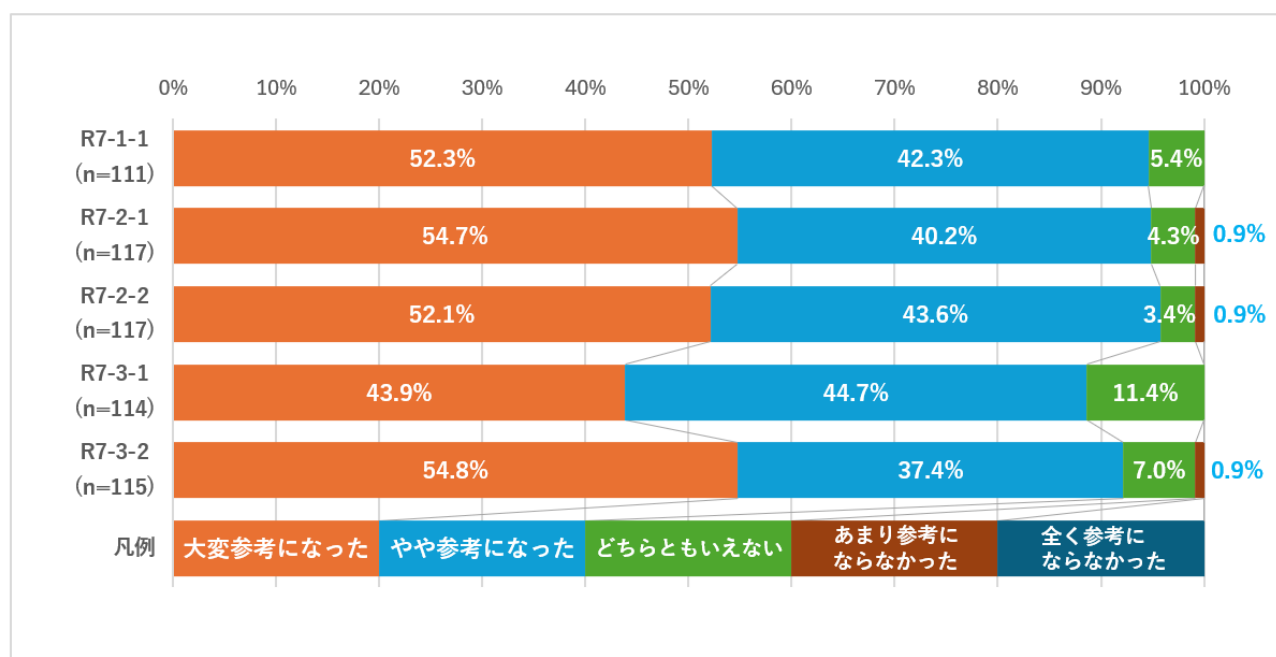
R7-2-1「心理的苦痛の変動様式に着目した自殺関連行動に対する短期介入プログラムの開発研究」では、苦痛の変動様式やEMAの活用など、細やかな調査を要する研究にどのように取り組んでいるかがよく分かったといった意見があった。

R7-2-2「労働者の自殺行動を予測するバイオマーカーの探索的コホート研究」については、勤労世代へのアプローチや健診での取り組み、血液検査等による客観的データの活用に関心が集まり、「とても興味深かった」との感想があった。

R7-3-1「生態学的瞬間評価法を利用した自殺リスクの推定と警告の発出」に対しては、アプリやデータ、行動予測によってリスクを判定できれば介入の目安となるほか、本人のメンタルヘルス向上に向けた行動変容にもつながるなどの期待が寄せられた。

R7-3-2「日本のマンガ・アニメにおける安全な自殺表現の評価基準の作成と心理的影響の検証」については、表現方法が自殺企図者に与える影響など、専門的な話を聞けてよかったといった声のほか、漫画やアニメの自殺表現に関するガイドラインがまだ無いことに驚いたという回答もあった。

図表2 課題別評価（「発表を視聴していない」を除く割合）



4. 自殺対策推進レアル全体に対する意見・感想

自殺対策推進レアル全体に対しては、先端的な研究内容を地域に伝え、現場に実装していくことへの期待が多く示された。参加者の多くを地方自治体職員が占めており、研究内容に強い関心を寄せる一方で、現場に活かすことの難しさを感じた方も多かったことがうかがえる。今回は研究途中の報告であったことから、実装を見据えた今後の研究の進展を期待する声も寄せられた。

このほか、自殺の予測という観点からの研究が多いことが印象に残ったという感想や、住む場所に関わらず研究成果を活用できる社会になってほしいという意見も聞かれた。さらに、「日々自殺という重い課

題と向き合っているが、研究に前向きに取り組む研究者の話を聞くことで励みになった」と、参加者自身への後押しになったことを伝える回答もあった。

5. 今後扱ってほしい/関心のある研究テーマについて

こども・若者の自殺が増加している現状を踏まえ、小中高生の自殺リスクの早期発見・予防や教育方法等について、引き続き研究を求める回答が多かった。また、AI 技術の急速な発展に伴い、特に若い世代で AI に相談する人が増えていることから、AI への相談がもたらす影響や、AI・ICT を活用した支援に関する研究への関心もうかがえた。

このほか、高齢者等幅広い世代に関する研究、医療機関と地域の連携、相談支援の効果検証、SNS を含むメディアにおける自殺対策、ホルモンバランス等の生態学的な研究など、関心のあるテーマは多岐にわたった。

さらに、以前発表された研究のその後の経過を知りたい、可能な限り多くの研究に機会を与えてほしいといった、プログラム全体に対する要望もあった。

6. 当日報告課題一覧

課題番号	課題名	研究代表者
領域 1：こども・若者に対する支援プログラムの構築・実践		
R7-1-1	簡易コンタクト法を併用した心理教育アプリは大学生と大学のつながり感を高めるか？	松原敏郎
領域 2：自殺ハイリスク群に対する支援プログラムの構築・実践		
R7-2-1	心理的苦痛の変動様式に着目した自殺関連行動に対する短期介入プログラムの開発研究	翠川晴彦
R7-2-2	労働者の自殺行動を予測するバイオマーカーの探索的コホート研究	中田光紀
領域 3：デジタル関連技術（AI, IoT）やビッグデータを活用した自殺対策プログラムの構築・実践		
R7-3-1	生態学的瞬間評価法を利用した自殺リスクの推定と警告の発出	松本昇
R7-3-2	日本のマンガ・アニメにおける安全な自殺表現の評価基準の作成と心理的影響の検証	高橋あすみ