

令和 7 年度 第 2 回徳島県自殺対策連絡協議会 議事概要

○日 時 令和 8 年 3 月 5 日(木)
午後2時から午後3時まで

○形 態 オンラインによるWeb会議

○出席者 徳島県自殺対策連絡協議会委員 14名
沼田会長 菊池副会長 齋藤委員(三田代理)
山中委員 斎藤恵委員 福田委員
菊池真喜男委員 岡田委員(岡崎代理) 小寺委員
坂本委員 石元委員 井原委員
福多委員(宮田代理) 熊野委員

事 務 局(徳島県保健福祉部地域共生推進課)

○会議概要

1 開会

2 あいさつ (協議会会長 徳島大学大学院 沼田教授)

3 議事次第

- (1)令和 7 年の自殺者の状況
- (2)自殺予防対策の重点取組について

4 発言要旨(議事概要)

委 員	(1)令和 7 年の自殺者の状況 (2)自殺予防対策の重点取組について 事務局より説明 後でお話があるかもしれませんが、先日阿南保健所が主催した国立精神・神経医療研究センターの松本俊彦先生による講演を拝聴し、現在の薬物依存を取り巻く状況に大変驚きました。従来の薬物依存対策は覚醒剤や危険ドラッグなどの非合法薬物が中心でしたが、現在は処方薬や市販薬(パブロン、ブロン、メジコン等)を多量に服用するケースが急増しています。特に 10 代の女性において、生きづらさを解消するために誰でも購入できる薬に頼ってしまう状況が顕著です。現在、薬物依存の約半数がこれら処方薬・市販薬によるものとなっているようです。 薬物依存へのアプローチを、従来のやり方から変えていく必要があります。単に「恐ろしいから辞めなさい」と禁止するのではなく、薬を服用せずにはいられない若者たちの「生きづらさ」にどう対処していくかという視点で施策を講じる必要があります。3月のネットワーク研修会では、徳島県内で依存症回復サポートを行っている「一般社団法人 ARTS」の小池さんから、ご家族が市販薬依存で長年苦しめた体験談を伺いました。その中で、当事者の会や保護者の会といった、相談窓口に関する情報が十分に知れ渡っていないという課題も浮き彫りになりました。県としても、これらの問題を重要課題として捉え、重点的に取り組んでいただきたいと思いますと考えています。
会 長	市販薬や市販薬における依存症への対策は重要だと思います。今回の重点取り組みには含まれてますでしょうか。事務局お願いいたします。
事 務 局	全国および県内で若い世代の自殺者が多い現状を踏まえ、今回の重点取り組みでは若年層の利用が多いコンビニエンスストアや、当課が運営するプラットフォームへの啓発物配布を強化しています。 また、精神保健福祉センターと緊密に連携しており、その他の依存症支援も含めた知見やアイデアを取り入れながら新しい取り組みを推進し、先程いただきましたご意見も踏まえ、新たな対象への啓発や専門機関による研修を検討してまいります。

委 員	3 月の自殺対策強化月間に合わせて多くの活動が行われている中、自社の記事データベースへの掲載件数が少ない状況がありました。自社記者の取材不足という側面もあると考えています。県からの資料提供も活用し、連携しながら社内でも改めて取材の呼びかけを行いたいと考えています。
会 長	全国における小中高生の自殺者数が過去最多である状況など、県民的にも大事な情報かと考えます。今後取り上げていただければと思います。
委 員	働く世代の自殺やうつ病を原因とするケースが多いことから、周囲が早い段階で異変に気づくことが非常に重要であると考えています。当センターでは、職場の産業医や衛生管理者に対し、メンタルヘルスに関する研修を実施しています。その中で「周囲の異変への早期の気づき」をテーマとして取り上げており、今後も自殺予防の観点から継続していく方針です。 また、自殺を減らすための施策として「両立支援」に重点的に取り組んでいます。メンタルヘルス不調で休職しても離職せずに復帰できる体制づくりや、うつ病などの治療を継続しながら就業を続ける方法について、今後も周知・伝達に努めてまいります。
委 員	徳島県社会福祉協議会としての地域における相談支援の現状についてお話をさせていただきます。県内 16 の町村社会福祉協議会と共に「徳島県生活困窮者自立支援協議会」を設置し、生活困窮者自立支援事業に取り組んでいます。運営する「暮らしサポートセンター」への相談件数は非常に多く、昨年度(令和 6 年度)は約 1 万 7,000 件、本年度も 1 月末時点で約 1 万 4,600 件に達しています。相談者の半数は就労中の方であり、平日の日中だけでは対応しきれない現状があります。そのため、毎月第 4 土曜日や連休中にも相談会を開催し、働いている方でも利用しやすい体制を整えています。より幅広い層へ支援を届けるため、新たに SNS を活用した相談窓口の開設準備を進めています。生活困窮や孤独、将来への不安といった複雑な要因に対応するため、関係機関との連携を深め、孤立を招かない地域づくりを推進していく方針です。

委 員	徳島弁護士会では、ハローワークでの多重債務者向け法律相談や、毎週水曜日に自殺予防を主眼とした無料の夜間電話相談を実施しています。債務問題や離婚・遺産分割などの家庭内の悩み、それに伴う希死念慮を抱える方からの相談を受け、適切に専門の各機関へ繋ぐ活動を行っています。 若い世代にも強い「生きづらさ」を感じている方が多いと実感していますが、従来のチラシやパンフレットといった配布物では情報が届きにくい傾向があります。若年層への周知には、インスタグラムや X などの SNS やインターネットを十分に活用した活動が有効であると考えており、徳島県においてもこうしたデジタル媒体を通じた自殺予防アプローチを検討いただきたいと考えています。
会 長	徳島県では、現在ソーシャルネットワークを用いた取り組みについてなにかございますでしょうか。
事 務 局	以前にもご案内させていただきましたが、令和 7 年 2 月に、多数の相談窓口を一覧できるポータルサイト「こころの SOS ダイアル」を開設しました。こちらのポータルサイトにつきまして、自殺予防に関する各種研修やイベントにおいて、サイトへアクセスするための QR コードを付した資料を随時配布し、周知啓発を進めております。また、より広く普及させるための効果的な方法について、さらなる検討を進めていきたいと考えているところでございます。
委 員	徳島労働局では、令和 5 年度から令和 9 年度までの 5 カ年計画「徳島第 14 次労働災害防止推進計画」を策定し、取り組んでいます。その重点事項の一つとして、職場におけるメンタルヘルス対策や過重労働による健康障害防止などの「労働者の健康確保対策」を掲げ、各事業場への周知や行政指導を通じた改善を図っています。 その一環として、厚生労働省のポータルサイトや「明るい職場の応援団」「こころの耳(しごと・いのち)」といったアプリ等を活用し、経営者や労働者に対してメンタルヘルス対策や過労死防止のための情報提供と周知を行っています。 また、労働安全衛生法の改正により、従来は従業員 50 人以上の事業場に義務付けられていた「ストレスチェック制度」が、50 人未満の事業場においても義務化されます。この制度は、労働者自身の「気づき」によるセルフケアを促すとともに、事業者が職場単位でのデータ分析

	を行うことで問題点を把握し、事業場内スタッフや産業医等の専門スタッフと協力して職場環境の改善につなげていくというものです。これらの取り組みが最終的に自殺防止に寄与するものと考え、令和 9 年度まで本計画を災害防止対策の核として推進していく方針です。
会 長	ストレスチェック制度は 50 人未満の事業場も実施するというのでしょうか。
委 員	施行はまだですが、法律はすでに改正されており、50 人未満の事業場に対して義務化に向けた取り組みを進めていく方針です。実施にあたっては、徳島産業保健総合支援センターとも緊密に連携しながら進めていくこととしています。この制度を通じて、労働者自身の「気づき」によるセルフケアを促すとともに、事業者が職場環境の改善を図ることで、最終的に自殺防止に寄与することができると考えています。
委 員	NHK 徳島放送局としても自殺対策を取り上げる機会が少ない状況もありましたので、年間の対策スケジュールに合わせ、自殺予防につながる情報発信の機会を検討し、関係機関との連携を深めていきたいと考えています。E テレ「ハートネット TV」での投稿特設ページの開設や、NHK ラジオ第 1「みんなでひきこもりラジオ」「とりあえず明日を生きるラジオ」など、生きづらさを抱える方々がパーソナルなメディアを通じてつながることができる場所の提供を続けています。これらの全国放送の番組と、徳島放送局のローカル放送を連動させる取り組みについても、今後検討したいと考えています。 「こころの SOS ダイアル」ポータルサイトにつきまして、去年この会議に参加させていただいた時にご案内いただき拝見した時、非常にたくさんさんの相談窓口が掲載され、心強いとの発言を申し上げました。今現在、徳島県のホームページを拝見しておりますと、検索キーワードについて、漢字の「心」で検索するとヒットしにくい等、こちらのポータルサイトへの導線が分かりにくくなっている点がある印象があります。 心の余裕がない状況で情報を探す利用者を前提とし、バナーを目立つ場所に再掲したり、検索しやすい工夫を施したりするなど、ご対応をいただけたらよいかと考えます。

会 長	大変貴重なご意見ありがとうございました。事務局の方で、見やすさ重視への工夫をお願いいたします。
委 員	徳島県保健所長会から出席させていただいております、南部保健所長の坂本です。私からは県内 6 保健所の主な取り組みご説明させていただきます。資料 2 の東部保健福祉局、そして西部、南部総合県民局の記載をご覧ください。まずは 2 月から 3 月の自殺強化対策月間における普及啓発です。6 保健所とも商業施設等でのパネル展や街頭啓発を積極的に行いました。東部の徳島、吉野川保健所ではケーブルテレビや市町村広報誌を活用。そして西部の美馬、三好保健所ではタクシー会社やコンビニと連携した広報資材の配布、そして南部の阿南、美波保健所では関係団体との街頭キャンペーンを実施しました。 次に相談体制の強化についてです。東部では精神科医による専門相談の利用を積極的に勧奨しました。そして西部ではハローワーク美馬様にご協力いただいて、ハートケア相談会を開催しております。南部では先ほど別の委員からもご紹介をいただきました、相談員を対象としたスキルアップ研修会を実施し、若者、若年女性に質の高い支援を行えるよう図っております。6 保健所とも自殺者が増加する 3 月を重要局面と捉えて今後も市町村と連携を強化し普及啓発と質の高い相談機会の提供に努めて参ります。
委 員	自殺者層につきまして、以前は「働き盛りの男性」の自殺急増が問題でしたが、現在は全体数が減少する一方で、対象が「若年層」や「女性」へと移行しています。徳島県内においても、中高生を含む若年層の自殺者数が過去最多水準となっており、人口減少局面にある中でこの数字は極めて深刻な状況です。こうした背景から、昨年改正された自殺対策基本法においても、子供への対策が重要視されています。 精神保健福祉センターは依存症の相談拠点となります。かつては違法薬物や処方薬(抗不安薬・睡眠薬等)の乱用が主でしたが、現在は若年層による市販薬(咳止めや抗アレルギー薬等)の乱用が目立っています。市販薬の乱用やリストカットの増加は自殺との関連が非常に強く、自殺へ移行する危険性が高い傾向にあります。相談対応に加え、依存症回復支援団体「ARTS」などの外部機関と情報を共有し、家族会の紹介や専門医療機関への橋渡しを行っています。

委 員	また、「ひきこもり地域支援センター」としての活動も兼ねており、依存症や自殺のリスクを併せ持つハイリスクな方々に対し、相談支援や居場所の提供を行っておりますので、悩みを抱える方がおられましたらご案内いただければと思います。 健康寿命推進課では、主として精神障害者の方々やその家族の方々を対象としたスポーツ交流会のイベントを徳島県精神保健福祉協会に委託して実施しており、スポーツを通じた居場所の確保や社会との繋がり構築を図っているところです。また、例年秋頃には、県内の精神科病院に入院中の患者の方々が作成した絵画や書道、また手芸品を展示販売する「目でみる精神保健展」を開催しておりまして、精神障害者の方々に関する理解の促進や精神保健福祉の普及啓発に努めているところでございます。令和 7 年度は 11 月 18、19 の 2 日間にかけて開催いたしまして延べ 1070 人の方にご参加いただきました。自殺のリスクが高いとされている精神障害者の方々含め、社会生活において不安や悩みを抱える多くの方々に、このような様々なイベントに参加いただけるように、より一層の周知に努めて参りたいと考えております。
委 員	令和 7 年度の教育委員会における 3 月の自殺対策強化月間における取り組みについて説明させていただきます。はじめに児童生徒に対する取り組みといたしましては、資料 2 の 2 ページ目に記載の通りです。本年度から新たに実施している 1 人 1 台端末を活用した「SOS を見逃さない」匿名相談アプリ活用利用の推進、各学校における組織的な見守り体制の充実、保護者や地域住民関係機関等との連携を踏まえた児童生徒の自殺予防に係る取組の周知啓発を図って参ります。また、長期休業明け前後に児童生徒の自殺者が増加する傾向を踏まえまして、学年末や学年始及び、長期休業中における園児・児童生徒へのきめ細やかな指導の充実について、各市町村教育委員会や各公立学校長に通知をいたします。 次に教職員に対する取組といたしましては、専門相談員による個別相談を行う「教職員相談事業」や、メンタルヘルス不調による病気休暇、休職者に対する「職場復帰支援事業」の周知や啓発、時間外の在校等時間が長時間に及ぶ教職員を対象といたしましたオンライン産業医面接指導強化事業を実施するなど、教職員のメンタルヘルスケアにも努めて参ります。今後とも自殺対策強化月間の趣旨を踏まえまし

委 員	て、児童生徒や教職員の尊い命を守るため、引き続き、高い緊張感を持って教育委員会をあげて自殺予防対策を着実に推進をして参ります。 県警察では 2 月 3 月の自殺対策強化月間に当たり、保健福祉部と連携した取り組みを行っております。資料 2 に記載しておりますが、2 月から運転免許センターにおきまして、地域共生推進課が作成した心の悩み相談などの相談窓口の一覧表が記載されておりますパンフレット、「一人で悩まないで SOS ダイヤル」を配布しております。運転免許センターには運転免許の取得や更新などで多くの方が来られております。特に 2 月 3 月の期間でありますか、これ年度末の卒業シーズンとなりまして、高校生などの若年層の方が運転免許の取得に多く訪れております。それでですね、そういう方々にパンフレットを見ていただくなどして、若年層への周知啓発を推進しております。 このほかに通年の事業といたしましては、既存資料の利活用の促進や関係機関との連携、性犯罪等被害者に対する的確な対応と支援も行っております。この既存資料の利活用の促進についてですが、県警察では約 900 件の変死事案を取り扱っております。この中で遺書等の資料によって自殺と特定された事案について、自殺統計資料の項目をもとに提供させていただいております。提供資料の内容につきましては、できる限り対策の参考となるよう可能な限り自殺の原因動機に関して詳細な調査に努めて提供したいと考えておりますが、個人の特定やプライバシーの侵害などに至らないよう考慮しておりますので、その点はよろしくお願いいたします。 関係機関との連携につきましては、自殺予告者の発見活動のために県内市町村およびインターネットプロバイダー等との協力関係を構築しておりまして、連携した対応を行っております。またこの性犯罪等被害者に対する的確な対応と支援についてですが、精神的ショックの大きな事件事故の被害者に対しまして、必要に応じて被害者支援要因を指定して対象者のニーズに応じた支援を実施し、二次的被害が発生しないように努めております。県警察におきましては、県の関係部局はもとより、市町村、またプロバイダー、インターネットプロバイダー等の関係機関との連携を維持しつつ、自殺防止対策に努めて参ります。
------------	--

会 長	貴重な意見たくさんいただきありがとうございました。自殺者数の総数は減ってますけれども、その内訳は時代とともに変わってるという印象ですので、皆様と連携してきめ細やかに対応していきたいと思っております。
事 務 局	委員の皆さん、ご熱心にご審議いただきまして誠にありがとうございました。ポータルサイトへのアクセス改善など、本日いただいたご意見につきましては、できる限り反映させていただきたいと考えております。 最後に、3月17日(火)には、「つながりサポーター養成講座」が池田高校辻校にて開催されます。高校生を対象とした養成講座は今回が初めての試みになります。また、3月20日(金)には、NPO法人「生きテク」代表のオキタリュウイチ氏や、自死遺族連絡会、みよしサポート協会ぴあぞら、SCC 生活訓練事業所の方にそれぞれの体験を発表いただき、その後に「自殺予防トークセッション」を開催いたします。 いずれにつきましても、初めての試みとなりますので、関係機関の皆様にご案内いただければと思います。 また次年度につきましても、民間団体の皆さんとともに、県を挙げて自殺予防対策展開して参りますので、関係機関の皆様、今後とも一層のご協力をお願いいたします。本日はありがとうございました。

5 閉会