

平成26年度 東京都地域自殺対策緊急強化補助事業一覧表(区市町村)

区名	事業区分	事業名	①事業目的 ②事業内容 ③工夫点
千代田区	人材養成事業	ゲートキーパー養成講座	①自殺企図者のサインを見逃さず、適切な相談機関につなぐ手法を学ぶことで、自殺抑止を図る。 ②区民・区職員に対し、講演会形式でゲートキーパーの役割、必要性、対処方法を取得させる。 ③区内部各部署から職員を参加させることで、全庁的な自殺抑止体制を作る。
中央区	人材養成事業	ゲートキーパー養成講座	①自殺による死亡者を減らすため、自殺の実態やさまざまな問題について正しく理解し、それぞれの立場で自殺予防に努められる人材(ゲートキーパー)を養成する。 ②年2回精神科専門医を招いて講習会を開催。 ③2回のうち1回はより自殺のリスクの高い人に接する機会が多い民生委員等に対象者を絞って養成することに努めている。
	普及啓発事業	自殺防止のための窓口等における普及啓発	①保健所等区施設を通して、相談窓口等を広く周知し、普及啓発を行う。また、健康福祉まつり(10月)において、こころの健康づくり(うつ病・自殺予防)のコーナーを設置し自殺防止に対する区民意識を高める。 ②うつ病・自殺予防や相談先を掲載したリーフレットやメッセージカードを作成し、窓口やイベント、講習会で配布し、正しい理解と予防を促進する。 ③リーフレット等のデザイン変更を行う。
		自殺予防月間(9月・3月)	①東京都の自殺対策強化月間(9月・3月)にあわせて、効果的な普及啓発活動を実施し、区民への周知を図る。 ②東京都自殺対策強化月間(9月・3月)にポスターの掲示、パネル掲示、街頭キャンペーンを通じて区民に広く周知する。 ③区のケーブルテレビ、ホームページ等で広く周知する。
港区	普及啓発事業	自殺対策推進事業による普及啓発	①区民の自殺予防への関心を高める。②港区自殺対策強化月間における保健所と区役所でのパネル展示、リーフレット配布、新橋駅前エキシビジョンでの啓発画像の放映。うつ支援月間におけるPR③必要な人が相談へつながるような自殺のサインを掲載、区の広報やホームページでの啓発も同時に行っていく。
		メンタルチェックシステム(心の体温計)	①携帯で簡易に行えるチェックシステムによりこころの病気や自殺予防への関心を高める。 ②外部リンクにより区民が簡単な質問に回答し自身の健康状態を把握し、必要時相談へつなげる。 ③若者や女性を対象としたコンテンツを港区の自殺の現状に合わせ追加する。
	強化モデル事業	自殺対策推進計画作成・支援委託業務	①計画策定により効果的、総合的に自殺対策を推進する。 ②計画策定 ③自殺対策へ先駆的なNPOへ委託を行い、計画策定会議における自殺対策への助言を得る。計画策定を副区長をトップとした会議体で進め、自殺対策を港区全体で取り組むべきことと位置づける。
新宿区	人材養成事業	ゲートキーパー養成講座	①区職員や地域関係機関、区民を対象に、自殺対策への理解と自殺防止に関する対応力等の習得を促進する。 ②外部講師を招き、自殺の現状やゲートキーパーとしての役割等対応力を習得させる。 ③今年度も引き続き、自殺対策の重要事項としての「若年者への対策」を念頭に置き、大学関係者や区民(特に若年層)を対象として養成講座を実施する。また区の主任主事昇任時研修内に養成講座を盛り込み、自殺対策への理解を深めるとともに、庁内相談窓口をまとめた冊子を配布し、こころの不調を抱えた区民への迅速で適切な対応力の向上を図る。
		自殺防止のための「困りごと・悩みごと相談窓口一覧」の作成及び配布	①自殺に至る要因は様々であり、庁内窓口など適切な相談窓口を知らないケースが多いことから、困りごとや悩みごとを抱えた区民等が迷うことなく適切な相談先を見つけられることを目標として作成する。 ②庁内窓口で配布するとともに、ゲートキーパー養成講座等所管のイベントや庁内関係部署でのイベント(若者のつどい、はたちのつどい等)の際に来客者へ配布している。 ③困りごとを健康問題や経済問題、就労問題などに分類し、また表紙には、携帯電話からもアクセスしやすいようQRコードと検索キーワードを追加した。また今年度は、庁内や関係機関のみでなく、区内飲食店などさらに幅広く区民の手に渡るよう配布先も検討した。
	普及啓発事業	自殺対策月間中の自殺防止啓発用ティッシュの作成及び配布	①こころの悩み相談(区内保健センターで随時受付)や相談窓口一覧を掲載しているHPアドレス、いのちと暮らしの相談ナビの情報を区民等へ周知啓発する。 ②自殺対策強化月間の9月と3月に合わせて作成し、庁内や関係機関へ配布する。 ③昨年度に引き続き、誰でも手に取りやすいイラスト入りのポケットティッシュとした。また今年度は、庁内や関係機関のみでなく、区内飲食店などさらに幅広く区民の手に渡るよう配布先も検討した。
		遺族支援リーフレットの作成及び配布	①自死遺族のこころのケアを目的として作成している。 ②こころの悩み相談や遺族の集い、その他日々の生活に困ったとき、相談できる場所等を掲載し、庁内(主に戸籍部門や特別出張所)にて区民へ配布している。 ③戸籍部門の一部では、死亡届を受理した際に、関連書類と併せて手渡しにて配布している。またリーフレット裏面に死亡時に必要な手続きチェックシートを付けることで、自死遺族以外での手に取りやすい工夫している。
		10代向け自殺対策普及啓発パンフレットの配布	①若年層へのこころの病気に対する支援は、こころと身体の変化が大きく、悩みなどを抱え込みやすい思春期(精神疾患が初めて発症する好発期)から行うことが重要である。思春期は、こころの不調による不登校やひきこもりから、症状の進行によっては自殺につながることもある。周囲が早い段階で気づき適切な支援につなぎ、また悩んでいる本人もSOSを発することができるよう普及啓発の強化を図る。 ②こころの病気の早期発見につながるよう10代向けに普及啓発パンフレットを作成し、区内中学校に配布する。 ③10代の若年層が興味を引くような外装、理解しやすい用語・文章にする。
		若者支援対策専門部会の開催	①学識経験者及び若者支援対策に取り組む関係機関から委員を構成し、若年層の自殺対策の検討や、各機関の課題の共有を行うための会議を運営。(若者支援対策専門部会は、自殺総合対策会議の部会として設置する。) ②区内の有識者や支援団体(NPO法人、大学病院MSW)から委員を委嘱し、会議を運営する。 ③当該部会の委員には、若者を支援する団体(主に昨年度開催した若者支援イベントに出演した支援団体等)を委嘱することで、実際に支援を行う者の意見を有効活用する。

## 平成26年度 東京都地域自殺対策緊急強化補助事業一覧表(区市町村)

区名	事業区分	事業名	①事業目的 ②事業内容 ③工夫点
文京区	人材養成事業	ゲートキーパー養成研修	①専門家による講演と映画上映により自殺防止に対する区民意識を高める。 ②自殺対策に取り組むNPO法人による講演とうつ病をテーマにした映画を上映する。 ③自殺予防月間に合わせて、講演と映画上映をすることで効果的な普及、啓発を図る。
		ゲートキーパー養成研修	①区民、関係機関職員を対象として、うつ病・自殺に関する知識について研修することで身近なゲートキーパーとしての役割を担える人材を養成する。 ②自殺対策に取り組むNPO法人や精神科医等の専門家を講師に招き、うつ病、ストレスチェック、自殺の特徴などについて学び理解する。 ③理美容組合へのミニ講座を実施し、ゲートキーパー養成研修開催への契機とする。
	普及啓発事業	自殺予防のための普及啓発用リーフレット・パンフレット作成・配布	①うつ病や相談機関窓口一覧表等を記載したリーフレット及びパンフレットを作成し、区民・関係機関職員に普及、啓発を図ることで、自殺に対する意識の高揚や関係部署が連携した支援が行えることを目指す。 ②自殺防止月間に合わせ「相談機関窓口一覧」や「いのちの大切さ」のリーフレットを作成し、関係機関窓口や区民に配布する。 ③「気づく、つなぐ、支える」をキーワードに複数の悩みを抱える自殺念慮者を掘り起し、各窓口で問題に応じた対応や支援が行える。
		自殺予防のためのストレスチェックカード作成・配布	①自分の健康状態に興味を持ち、うつ病の理解や早期受診、相談の必要性に気づききっかけとする。 ②ゲートキーパー研修や出前講座の教材として「いのちの大切さ」リーフレットとともに活用、配布する。 ③他部署が企画する研修、イベント等においても教材として活用してもらうことにより、広く周知を図ることができる。
台東区	対面相談支援事業	自殺念慮に至る悩みを抱える方への総合相談会	①自殺は個人的な問題としてとらえるべきではなく、その背景に様々な社会的要因があることを踏まえ、専門的な助言や他機関への案内を行うことで、自殺の未然防止を図る。 ②複数分野の専門家・相談員が連携して総合的な支援を行うワンストップの相談会を開催し、相談者に対し、必要な助言、情報提供、他機関への案内等を行う。 ③複数分野の専門家・相談員が集まりワンストップ相談会を開催することで、相談者の多岐にわたる悩みに迅速かつ的確に対応できるより取り組む。
	人材養成事業	ゲートキーパー養成講座	①区職員と民生委員を対象に自殺の危険を示すサインに気づき適切な対応を図れるようにすることを目的とした研修を実施 ②学識経験者や専門家を招き、自殺の特徴などについて、事例検討を交えた実践的な研修を行う。 ③職員向けの研修は、初級、中級と2回に分けて実施する。
	普及啓発事業	自殺予防啓発講演会	①区民向けに講演会を行い、自殺防止に対する区民意識を高める。 ②学識経験者、専門家を招き、自殺予防についての講演会を開催する。 ③多くの区民に参加していただけるよう、広報やホームページでPRを行う。
墨田区	人材養成事業	ゲートキーパー研修	①今年度は学校関係者を対象に、子どもの自殺予防として研修を実施する他、区内内容組合、生活保護課職員等を対象としてうつ病、自殺に関する知識について研修を実施することで、職員の対応能力の向上を図るとともに、窓口相談や教育現場での悩み、SOSに気づける人材養成を行う。
	普及啓発事業	自殺予防のための医療関係者マニュアルの印刷	専門機関につなげる必要のある方を早期に発見し、必要に応じてかかりつけ医から、精神科医へつなげるしくみを構築するための医療関係者向けマニュアルを作成する。
		「「こころといのちのほっとライン」PRカード」の作成	「東京都自殺相談ダイヤル」のPRカードを作成し、区内理髪店に設置する。
		ゲートキーパー手帳	自殺予防対策をすすめるための手引きとして、支援の必要な人を適切な窓口につなげるため、昨年度作成した手帖の増刷をする。
		自殺予防・自殺対策のための健康づくり対策事業(講演会 向島保健センター実施分)	①事業目的: 職域等における自殺予防または回復支援対策の促進を図る。 ②事業内容: 勤労者等や依存症者等精神障害者の自殺予防対策について、当事者、職域または家族等を対象とした普及啓発講演会を行う。 ③工夫点: 最新医療情報の提供や家族や企業等への当事者理解を促し、対応方法の一助になるような内容構成を検討する。
自殺予防・自殺対策のための健康づくり対策事業(講演会 本所保健センター実施分)	自殺予防の観点から、精神障害者に対する理解を深めるために、区民やその関係者を対象に講演会を実施する		

## 平成26年度 東京都地域自殺対策緊急強化補助事業一覧表(区市町村)

区名	事業区分	事業名	①事業目的 ②事業内容 ③工夫点
江東区	人材養成事業	ゲートキーパー養成研修	①窓口対応の職員、関係機関職員等を対象としてうつ病、自殺に関する知識、精神疾患のある方への対応方法について研修を実施することで、職員の対応能力の向上を図るとともに、窓口相談での悩み、SOSに気づける人材養成を行う。 ②精神科医等の専門家を講師に招き、うつ病、ストレスチェック、自殺の特徴について、具体的な対応について研修を行う。 ③参加者の業務の繁忙に応じて参加できるように、年2回に分けて実施するとともに、職員だけでなく非常勤・委託施設の職員や医療機関・薬局の職員等にも広く呼びかけている。
		中小企業向けメンタルヘルス対策リーフレットの配布	①産業医の設置義務のない従業員50人以下の中小企業企業の人事管理者等にメンタルヘルスへの意識を高めるため、実施する。 ②3月の自殺予防月間にあわせて、相談機関の連絡先を記載した窓口一覧や普及啓発用リーフレット類を配布。 ③中小企業の担当者及び従業員がセミナー等に出席しにくい状況があると判断し、各事業所あて直接送付することにより、目につきやすいようにする。
	普及啓発事業	自殺予防啓発ポスター・リーフレット・チラシ等の作成・配布	①うつ病等の心の悩みに関する情報や相談機関の連絡先などを記載したリーフレット・ポスター等を作成し、区民に普及啓発を図ることで、区民の自殺に対する意識を高揚させる。 ②自殺予防月間にあわせて、相談機関の連絡先一覧を記載した普及啓発用ポスターやリーフレットを作成し、区内掲示板、区の関連施設、医療機関・薬局等の窓口で掲示・配布し、区民へ周知する。今年度は、窓口を抜け、理美容業者にもポスター掲示やリーフレット等の配布を依頼する。 ③区掲示板、区や区の関連施設、医療機関・薬局、新たに理美容業者等、多くの場所でポスター掲示及び配布を行い、多くの区民が目にするようにする。
		区民向け講演会	①区民に対し自殺予防についての正しい知識を啓発する。 ②自殺のリスク因子であるうつやアルコールをテーマに掲げ、専門医による講演会を実施する。 ③区民が参加しやすいよう、自身に身近なことと思えるテーマの出し方している。
		区報・ホームページによる広報	①区民へ自殺予防に関するイベント等について周知し、情報提供を図る。 ②自殺予防月間に区報・ホームページに掲載する。 ③多くの区民が目にする区報・ホームページを使い、効果的な普及啓発を図る。
品川区	人材養成事業	ゲートキーパー研修	①区役所職員・教職員に加え、地域支援者等も対象とする。自殺に関する知識、ゲートキーパーの役割および対応方法について学び、相談者のSOSに気づき相談窓口へつなぐことができる人材を育成する。 ②「品川区の自殺の現状とゲートキーパーの役割」に関して、保健センター所長が講義を行う。また、臨床心理士を講師として招き、相談者のSOSに気づくための窓口対応について、ロールプレイを交え実践的な研修を行う。 ③相談支援を必要とする人への対応について、講義のほかにDVD視聴とロールプレイを行い体験を通して学ぶ。教職員にも参加しやすいように、7月および8月など夏季休暇中にも研修を設定した。
		自殺予防対策連絡会	①庁内関係部署の管理職と地域関係機関(医師会・警察署)に対し、自殺対策の基本認識、自殺の背景、ゲートキーパーの役割と対応等について、理解を深め、基本認識の共有を図ることにより、区の自殺予防対策の推進を目指す。 ②庁内関係部署の管理職と地域関係機関(医師会・警察署)との連絡会を開催し、自殺対策の基本認識やゲートキーパーの役割など、自殺対策に関するスキル向上のための講義を行う。また各部署の事業についても情報の共有を図る。 ③庁内の管理職や地域関係者と、品川区における自殺の現状や背景、自殺対策の基本認識等の共有を図ること、連携を強化し、相談へつないでいくことができるようにしていく。
	普及啓発事業	自殺予防対策啓発活動(こころの電話帳改訂・普及啓発用ポスター等作成)	①自殺予防の普及啓発を行うことで、区民の自殺予防に対する意識の向上を目指す。 ②自殺対策強化月間にあわせて、相談機関の案内やストレスチェックサービスの案内を掲載したポスターを作成・掲示し、区民へ周知する。相談窓口を掲載しているこころの電話帳を自殺予防に関する啓発内容も盛り込んだ内容に改訂し、配布する。 ③改訂したこころの電話帳は区内施設に配布し相談者が身近で相談窓口を知ることができるようにする。また地域支援者・関係者にも配布し相談後のつなぐ窓口の情報源とする。こころの電話帳・ポスター等は区民の目にとまるようなデザインにする。
		自殺予防対策講演会	①品川区内の自殺者は、若年層から働き世代に多く単身者や無職の方も多いため、地域の中での支援が効果的な自殺予防対策につながることをねらい講演会を行う。 ②区民に自殺の現状や背景を理解してもらい、サインに気づき、対応について学ぶ機会とする。また若者への対応についても学び、地域での支援のありかたを考えるきっかけとする。 ③多くの方に参加してもらえるよう開催時間を夜間に設定した。周知方法も広報・HPだけでなく中小事業所や医療機関など地域支援機関と連携し行う。
		携帯サイト・パソコンサイト「こころの体温計」運営委託	①こころの状態を自己認知でき、複数の相談窓口へ直接電話相談できるようにし、自殺を思いとどまるよう働きかけることができる。 ②区民が品川区のホームページや携帯サイトからアクセスし、設問に回答することによりストレス度を測定する。そのストレス度に応じた相談窓口の案内を行う。 ③過度のアルコールは自殺のリスクを高める要因でもあるので、アルコールチェックモードを付加し本人・家族が活用できるようにした。また区民向けの講演会などの案内も適宜行う。

## 平成26年度 東京都地域自殺対策緊急強化補助事業一覧表(区市町村)

区名	事業区分	事業名	①事業目的 ②事業内容 ③工夫点
目黒区	人材養成事業	ゲートキーパー手帳の作成 ゲートキーパー養成研修	①事業目的:自殺対策の総合的施策のために、自殺対策に関わる多様な分野に携わる人材を緊急に養成する。 ②事業内容:庁内検討部会により目黒区オリジナルのゲートキーパー手帳を作成し、手帳を用いたゲートキーパー研修を行う。 ③工夫点:庁内検討部会によりゲートキーパー手帳を作成することで、自殺対策への理解を深める。ゲートキーパー養成研修の講師は、職員で行うことで予算を削減する。
	普及啓発事業	自殺対策講演会	①事業目的:一般区民への自殺予防に対する普及啓発するため。 ②事業内容:講演会の開催 ③工夫点:自殺対策強化月間に開催し、社会的にも自殺対策に興味の気運を利用し集客力をあげる。
		自殺対策啓発用リーフレット	①事業目的:一般区民への自殺予防に対する普及啓発するため。 ②事業内容:リーフレット購入、配布 ③工夫点:自殺予防のキーワード「気づき」「つながり」「見守り」を紹介するチラシを配布する。相談機関を印刷する。
		自殺対策街頭キャンペーン	①事業目的:広く区民への普及啓発するため。 ②事業内容:駅周辺、大型量販店店頭でオリジナルポケットティッシュ等を配布 ③工夫点:自殺対策強化月間に合わせ、多くの人が集まる場所で実施し、効果的にPRする。
		自殺対策パネル展示	①事業目的:広く区民への普及啓発するため。 ②事業内容:年2回目黒区総合庁舎内ロビーを会場として、ポスター普及啓発物の展示及びリーフレットを配布 ③工夫点:自殺対策強化月間に合わせ、区役所を訪れた人が気軽に立寄れるように工夫する。
大田区	人材養成事業	ゲートキーパー研修	①事業目的:区民に直接関わる区職員や関係機関職員に自殺予防に関する研修を行うことで、自殺予備軍を早期に相談機関につなげる体制を築く。また、専門職による講演を行うことで、区民、区内在住者の自殺予防に関する意識を高める。 ②事業内容:専門職や自殺対策に取り組むNPO法人と共に、自殺予防に関する講義やロールプレイを含めた研修を実施する。 ③工夫点:対象者を分けずに、参加可能機会を増やし、参加しやすい体制を整備。
	普及啓発事業	自殺総合対策パネル展	①事業目的:全国や区内の自殺の現状を知り、家族や周囲の人にできることを考える機会とする。 ②事業内容:自殺の現状や区の自殺予防に関する取り組み、遺族の方の声のパネルを展示する。また、相談機関や研修、講演会などのチラシを配布する。 ③工夫点:来所者の多い区役所の1階を利用する。8月に実施するため9月の自殺予防週間についても普及啓発する。ゲートキーパー研修の案内も実施
		うつ病初期症状スクリーニングシステム	①事業目的:区民がストレス度や落ち込み度を客観的に知ること、自らの生活を見直し、うつ傾向にある者が早期に相談機関につながる。 ②事業内容:携帯電話やパソコンから接続し、画面の案内に従って心の健康状態を自己チェックするシステムである。 ③工夫点:匿名・無料(通信料は自己負担)で気軽に利用できる。チラシ、区報、ツイッターなどで周知している。
世田谷区	人材養成事業	ゲートキーパー養成講座	ゲートキーパー養成のための講座を3回実施。 (入門編1回 実践編1回 薬剤師編1回)
		世田谷区版ゲートキーパー手帳作成	区民を対象にしたゲートキーパー手帳やカードを作成し配布する。
		性的マイノリティの理解と対応に関する研修会	職員向けに性同一性障害の理解と対応についての研修を行う。
	普及啓発事業	世田谷区自殺対策協議会シンポジウム開催	5年目を迎える世田谷区自殺対策協議会のこれまでの取り組みや救急医療機関との連携等の取り組みの報告と今後の方向性をシンポジウムで討議し、また自殺についての正しい理解を広く一般向けに促進するための講演会を開催する。
		こころの体温計運営	インターネットや携帯を活用し、メンタルヘルスチェックを行う。
普及啓発冊子の印刷配付及び活用	・中学1年生向けに自殺予防のための普及啓発冊子を印刷し、学校で活用してもらう。 ・自殺ハイリスク者向けに相談窓口等を掲載したリーフレットを配付する。		
渋谷区	普及啓発事業	精神保健講演会	①若者に対する啓発事業の強化 ②自殺予防を視点にいたった講演会 ③教育機関や保護者、関係機関等との連携
中野区	人材養成事業	ゲートキーパー養成研修事業	①自殺対策において、ゲートキーパーの果たす役割は非常に大きい。中野区では、平成23年度からゲートキーパー養成研修を行ってきたが、本年度も引き続き研修を開催するなどしてゲートキーパーの養成に努める。 ②対象別にゲートキーパー養成研修を行う。 (1)一般区民(町会・自治会などの地域団体、民生・児童委員等を含む)に対する研修 (2)区全職員を対象とした研修 ③対象範囲を限定した研修を行うことにより、それぞれのニーズに応えることができるようにした。
	普及啓発事業	啓発グッズの作成及び配布 集客用グッズの購入	①うつ病等の心の悩みに関する情報や相談機関の連絡先などを記載したポケットマスク及びリーフレットを作成し、特に若者に対して普及啓発を図ることで、自殺に対する意識を高める。 ②相談機関の連絡先などを記載したポケットマスク及びリーフレットを作成し、「成人のつらい」や大学キャンパス内などで配布する。 ③若者の集まる場所や機会として大学学園祭等のイベントを利用し、アルコールパッチテストを合わせて実施することで、効果的な集客及び啓発活動を行う。
		区役所における横断幕の掲示	①区民に普及啓発を図ることで、区民の自殺に対する意識を高揚させる。 ②区役所壁面を利用して横断幕「大切な命失わないまち中野 気づく つながる 支えあう 中野区自殺予防対策」を掲示する。 ③自殺予防週間のある9月に行うことにより、より区民の関心を引きつける。

## 平成26年度 東京都地域自殺対策緊急強化補助事業一覧表(区市町村)

区名	事業区分	事業名	①事業目的 ②事業内容 ③工夫点
杉並区	人材養成事業	ゲートキーパー養成研修	①区職員等が自殺に対する正しい知識を持ち、相談者等の自殺の危険性に気付き、必要な相談機関に確実につなぐことができるなど、対応力を向上させる。 ②精神科医、臨床心理士、その他自殺対策にかかわっている専門家を講師としてお招きし、自殺のサインや近年における自殺の傾向、相談の受け方などを講義していただく。 ③区職員だけでなく、民生委員・児童委員、区内高校・大学職員にも周知し、参加いただいている。
	普及啓発事業	杉並区自殺予防月間講演会の実施	①区民等に対し、自殺予防に関する正しい知識を普及啓発する。 ②自殺予防に関する専門家に講師を依頼し、区民等向けの講演会を実施する。 ③比較的若い世代の自殺が多いことから、2回実施するうちの1回は、若い世代向けの講演会を実施する。
		杉並区自殺予防月間ポスター・ちらしの作成・配布	①5月と9月の杉並区自殺予防月間を広く周知する。 ②5月と9月の杉並区自殺予防月間の周知用ポスター、ちらしを作成し、区内各所に配布・掲示する。 ③区施設のみではなく、町会保有の掲示板にも掲示を依頼することによって、広く区民に周知している。
		自殺予防杉並キャンペーン活動等における普及啓発活動	①区民等が自殺予防に関する関心や知識を得られるよう、普及啓発を行う。 ②区窓口等において、普及啓発用品を配布する。 ③多くの区民等に関心を持ってもらえるように実施している。
		自殺予防対策冊子の作成	①自殺予防の啓発冊子を広く区民等に配布することで、自殺予防の区民意識を高める。 ②自殺予防についての区民向け啓発冊子を作成し、配布する。 ③区民等が、自身の身近な人の心の変化に気付き、声をかける際の参考となる冊子を作成する。
豊島区	人材養成事業	ゲートキーパー養成講座	①職員の窓口対応能力の向上を図るとともに、身近な地域にSOSを気づける人材の養成と地域のコミュニティを醸成する。 ②専門家を講師に招き、民生・児童委員、精神保健福祉関係者等を対象として、うつ病、自殺に関する知識、精神疾患のある方への対応方法についての講座を実施し、SOSにどのように気づき対応していけばよいのか研修する。 ③「職員向け自殺予防マニュアル概要版」を配付し、講座終了後も、窓口の対応マニュアルとして活用していく。また、「ゲートキーパー手帳」を作成し、より身近にゲートキーパー活動ができるように工夫していく。講座対象者を分けて、より専門的な対応が研修できるように工夫する。
	普及啓発事業	自殺・うつ病の予防対策研修	①自殺・うつ病の予防対策委員である専門家が、他の委員に向けての研修を委員会の中で行い、自殺・うつ病の予防対策に関するスキルアップを図る。 ②区内の若者が、委員会に出席して、自殺に対する若者の意見を述べる機会を設定し、研修として行う。
		自殺うつ予防冊子等の配布	①うつ病等の心の悩みに関する情報や相談機関の連絡先などを記載したリーフレットを配布し、区民に普及啓発を図ることで、区民の自殺予防に対する意識を高揚させるとともに、医療機関及び相談機関に早期につながるように働きかける。 ②若年者の自殺予防として、30・35歳健診に合わせ、「うつ予防冊子」と「メンタルヘルスクエア相談窓口」を配布し、ところこのちの相談窓口に関する普及を図る。さらに産後うつ予防として、両親学級の機会にもリーフレットの配布を実施する。 ③自殺対策強化月間の9月と3月にあわせて中央図書館の特集展示を行う。
		自殺うつ予防講演会の開催	①専門家による区民及び関係者向けの講演会を行うことで、自殺防止に対する区民意識を醸成する。 ②精神科医師等を招き、2時間程度の講演会を年4回、開催する。 ③こころの健康や障害者に関する正しい知識や偏見の解消のために、毎回「テーマ」を設けて実施する。自殺問題に関する意識啓発に止まらず、困難やストレスに直面した時の対処方法や相談窓口の情報等により、具体的な対応策の提示と知識の普及を行う。
北区	人材養成事業	ゲートキーパー研修の開催	①事業目的 関係職員が相談者の自殺のサインに気づける。 ②事業内容 ゲートキーパー手帳を用いて対応の仕方について、研修を行う。 ③工夫点 さまざまな関係機関を対象として実施する。
	普及啓発事業	窓口案内パンフレットの配布	①事業目的 区民に広く、相談機関の案内をする。 ②事業内容 自殺対策強化月間や講演会でパンフレットを配布する。 ③工夫点 設置する窓口を検討し、効果的なところにおく。
		自殺対策講演会	①事業目標 本人や家族の理解や対応の仕方を深める。 ②事業内容 自殺予防につながる講演会の開催 ③工夫点 一般向けに広く区民に周知する。

# 平成26年度 東京都地域自殺対策緊急強化補助事業一覧表(区市町村)

区名	事業区分	事業名	①事業目的 ②事業内容 ③工夫点
荒川区	人材養成事業	ゲートキーパー研修	①区職員等と教員及び区民団体を対象に、自殺の現状を理解し、自殺のサインに気づき、適切な機関につなぐことができるようゲートキーパー研修、ゲートキーパー・フォローアップ研修、依頼のゲートキーパー研修を実施する。 ②講演「自殺の現状」「あなたにもできる自殺予防」「区」の自殺予防事業と自殺のサインに気づいた時にDVD上映「荒川版ゲートキーパーの役割」ワカバ「あかり」 ③全管理職を対象とした「自殺予防事業部課長庁内連絡会を開催し、自殺予防事業を全庁的に取り組む体制を明確にした。研修の対象者を区職員にとどまらず、様々な区民団体への働きかけを行い、依頼による研修を実施する。さらに、教員対象に「児童思春期のメンタルヘルス」の研修と事例検討を行う。
		自殺予防実務担当者連絡会	①自殺予防事業を全庁的・全区的に取り組むために、連絡会を開催し、関係各課と連携した支援、人材養成、手引きの作成、普及啓発等について検討している。 ②自殺予防の最新情報として、自殺者数や救命救急センターに搬送される自殺未遂者の現状、図書館等と連携した普及啓発活動などについて、各課の担当者を選定し、意見交換を年4回実施している。
		自殺未遂者支援連絡会	①自殺未遂者の支援に関わる医療・保健・福祉・民間団体・東京都等の参加を得て、自殺予防情報や自殺未遂者支援のあり方等について検討している。 ②自殺に関わる最新情報、自殺未遂者支援についての処遇会議などを行う。 ③参加団体は日本医科大学、東京女子医大東医療センター、NPO法人自殺対策支援センターライフリンク・国立精神・神経医療研究センターの相談員等の参加を得て、多角的な視点で検討している。
	普及啓発事業	自殺予防講演会	①自殺予防に関する理解を深めるために、講演会及びミニライブを実施する。 ②シンポジウムにはジャーナリスト、医師、NPO法人スタッフ、アーティストを講師に迎える。 ③子育て世代や若者の参加を得るために、教育機関との連携を図る。
		自殺予防対策のための「こころと命のカード」とポスター「かけがえのない命を守るために」を作成配布	①自分自身や大切な人のこころの健康を『チェックし、「自殺のサインに気づき、相談できる場所として、区役所、関係機関、医師会所属の医療機関などで配布している。 ②カードには自殺のサインやうつ症状、こころの健康推進係の直通電話や夜間休日にも相談できる連絡先を記載したカードとポスターを作成した。 ③配布にあたっては、実務担当者連絡会で依頼する。
		自殺予防対策のためのリーフレット(ティッシュ封入用)を作成配布	①図書館や区役所等の自殺予防特別コーナー、講演会、イベント会場における普及啓発活動を行う際に配布する。 ②リーフレットには自殺のサインやうつ症状、こころの健康推進係の直通電話や夜間休日にも相談できる連絡先を記載した。 ③イベント会場などで区民に自殺予防に関心を持っていただくためのツールの一つとして活用している。
		図書館・区民ギャラリー・イベント会場での自殺予防事業	①多くの区民の目に触れる機会のある図書館や区役所に自殺予防特別コーナーを設置し、普及啓発活動を実施する。 ②自殺予防ポスター・カード・メンタルヘルスパンフレットなどの情報提供を実施する。 ③自殺予防実務担当者連絡会で普及啓発として連携してきた図書館や税務課にコーナーを設置する。
	強化モデル事業	携帯電話を使用した自殺未遂者支援	①自殺未遂者への支援を実施する際に、訪問先や医療機関搬送の際に携帯電話を使用して、迅速な対応ができることをめざす。 ②外出先から、訪問家庭・医療機関・消防署・警察署などへの連絡の際に使用する。 ③自殺未遂者からの連絡を受けた場合、自宅を訪問しても、入室ができないなどで支援ができない状況があり、関係機関への連絡の際に非常に有効な手段である。
		若年世代の自殺予防相談事業	①自殺念慮、自傷行為、こころの不調などの生きづらさを抱えた若年世代の自殺予防相談を行う。 ②街頭で若者に声をかけ、相談と調査を一体的に行うアウトリーチ型相談事業である。 ③相談方法は電話・メール・面接相談であるが、関係機関に繋げる際には、必要時同行支援(寄り添い型支援)を行う。
	板橋区	人材養成事業	自殺対策事業(地域自殺予防ゲートキーパー育成シンポジウム)
普及啓発事業		自殺対策事業(薬局他障害・介護サービス事業者等への自殺予防教育)	① ハイリスク者に接する機会が多い対人援助職に対し自殺予防の啓発を図る。 ② 各事業者の会合等において啓発パンフレットを用いて自殺予防教育を行うとともに、相談窓口リスト等を配付して情報提供を行う。 ③ 各職種におけるネットワークを活用して、可能な限り対面での啓発を行う。
練馬区	人材養成事業	ゲートキーパー養成研修	①一般区民等を対象として自殺に関する知識やうつ病への理解を深め、ゲートキーパーの役割を担える人材を養成する。 ②ゲートキーパー養成研修受講者が実際に相談を受けるにあたって相談のスキルを高めるために、ロールプレイ等実習を踏まえたフォロー研修を実施する。 ③より多くの参加者を募るため、周知の拡大を図る。
		ゲートキーパー手帳の作成	①ゲートキーパーの活動に役立つ冊子を作成する。 ②ゲートキーパー手帳「こころと命のハンドブック」として、自殺対策の基本認識やゲートキーパーの役割、相談機関一覧などを掲載する。 ③より見やすく、使いやすくなるようレイアウト等も含め、掲載内容を検討する。
	普及啓発事業	自殺防止キャンペーン	①自殺の現状と課題、自殺防止のための対処法、相談機関の案内など自殺防止対策についての普及啓発を図る。 ②庁舎ロビー等に自殺予防に関するパネルの展示や駅などに啓発のためのポスターの掲示、区報に啓発記事を掲載する。 ③駅や庁舎ロビーなど区民が集まりやすい場所に掲示し多くの人に関心を持ってもらう。
		啓発用クリアホルダーの作成および配布	①心の健康への気づきのポイントと相談先を広く周知し、自殺予防を図る。 ②自殺のサインと相談先の電話番号などを明記したクリアフォルダー等を配布する。 ③目につきやすく、日常的に使われるクリアフォルダーを活用する。

# 平成26年度 東京都地域自殺対策緊急強化補助事業一覧表(区市町村)

区名	事業区分	事業名	①事業目的 ②事業内容 ③工夫点
足立区	対面相談支援事業	自殺対策 雇用・生活・ところと法律の総合相談会	①事業目的 自殺の社会的要因である、失業・倒産・多重債務等の問題解決に向けて、関係各課、民間団体等が連携し、自殺に追い込まれない環境づくりをする。 ②事業内容 関係各課、民間団体が連携し、さまざまな相談に応じるワンストップの総合相談会 ③工夫点 失業者が多く立ち寄るハローワークと同じ建物で開催する。また従事者のレベルアップを図り、顔と顔がつながる連携を強化するため、相談会終了後、毎回カンファレンスを実施している。
		自殺対策 ゲートキーパー研修(初級・中級・上級・出張)	①事業目的 自殺の危険性の高い人を早期に見出し、適切な対応ができる人材を育成する。 ②事業内容 初級、中級、上級それぞれ段階に応じたゲートキーパーの役割を学ぶ。 ③工夫点 初級研修に関しては、人材育成課と連携し、区職員の必修研修と位置づけている。出張研修はハイリスク群にかかわる団体、グループに出張して実施する。
	普及啓発事業	自殺対策 電話相談啓発事業	①事業目的 悩みを抱える人が、いざというときにすぐ電話相談できる環境を整備する。 ②事業内容 関係行政機関や民間団体が実施する電話相談を、常に携帯できる名刺大カードにまとめ、配布する。 ③工夫点 一般向け、女性向け、高校生向け、小中学生向け等、対象にあわせて相談先を掲載したものを作成する。
		自殺対策強化月間 啓発ポスターの作成・配布	①事業目標 相談者や支援者に必要な情報が届くよう、啓発ポスターを作成する。 ②事業内容 さまざまな機会を捉えて、足立区の自殺対策の取組みをPRする。 ③工夫点 自殺の傾向に応じて、配布先、配布方法を要する等、必要な情報が届くよう配慮する。
		自殺対策強化月間 パネル展示、懸垂幕・横断幕の設置	①事業目標 相談者や支援者に必要な情報が届くよう、パネル展示をする。 ②事業内容 区役所アトリウム、区内全図書館において、足立区の自殺対策のパネル展示をする。 ③工夫点 パネル展示にあわせて、懸垂幕・横断幕の設置、生きる支援のDVDを放映し、強化月間のPRをする。
		若年者自殺対策 小中学生及び高校生特別授業の実施	①事業目標 自己肯定感が持てるようメッセージするとともに将来起きるかもしれない危機的状況に対応できるような援助希求の大切さを伝える。 ②事業内容 区内の小中学校及び高校に向き、心が苦しい時の対処法、デートDV、心が折れそうな君へメッセージなどの特別授業を実施。 ③工夫点 講義に加え、メッセージ朗読やライブなどで、子どもの心に響くプログラムを実施。
		自殺対策事業 こころのいのちの講演会(各保健センター)	①事業目標 こころの健康に関する講座を実施し、「こころのいのち」について考えるきっかけを作る。 ②事業内容 睡眠やストレス解消など、さまざまなテーマで講座を実施する。 ③工夫点 強化月間事業として3月に一斉実施している。身近な施設(各保健センター)で実施することにより、参加しやすい環境を整える。
		自殺対策として 区主催イベントに参加	①事業目標 多くの区民が来場するイベントで、足立区の自殺対策をPRする。 ②事業内容 こころの健康に関する展示をし、啓発リーフレットを配布する。 ③工夫点 他の健康PRとともに出展することにより、こころの健康に関心がない方も気軽に立ち寄れるようにする。
	強化モデル事業	自殺対策(遺族支援) 分かちあいの会の運営	①事業目的 大切な人を自死で亡くした人が、偏見にさらされることなく悲しみに向き合い、痛みから回復できるよう支援する。 ②事業内容 訓練されたファシリテーターが相談者のニーズにあった総合的な支援を行う。 ③工夫点 自らも自死遺族であるファシリテーターを配置。予約不要として、参加しやすい環境を整える。
		自殺対策 こころのいのちの相談支援 ネットワーク会議	①事業目的 自殺が地域の課題であるとの認識を共有し、区の自殺対策について検討、協議する。 ②事業内容 関係機関が顔をあわせ、事例を共有しながらネットワークの構築を図る。 ③工夫点 連携を強化するため「つなぐシート」を活用している。
		自殺対策 ハイリスク者支援 自殺未遂者ケア研修	①事業目的 自殺未遂者を自殺に至る前に包括的な支援につなげ、自殺者数の減少をめざす。 ②事業内容 医療従事者向けに自殺未遂者ケア研修を実施する。 ③工夫点 自己紹介の時間を設けるなど、研修の場を通じて一般かかりつけ医と精神科医が、顔と顔の見える関係を築く一助となるようにしている。
	葛飾区	対面相談支援事業	自殺予防のための 専門医によるうつ病相談
自殺対策 ゲートキーパー研修			①自殺のサインに気づき、見守り、専門の相談機関による相談へとつなぐことができるゲートキーパーを養成することを目的に研修を行い、相談対応能力の向上を図る。 ②保健所をはじめ区のさまざまな窓口を担当する職員などを対象に、NPO法人代表等を講師に招いて実施予定。相談のなかで自殺のサインに気付いたときの対応法などを具体的に習得する。年3回 計200人を予定。 ③参加率向上のため実施時期、実施対象を見直すとともに、包括支援センターや民生委員等民間の相談業務に携わる方々の受講機会を提供して、地域全体の「キープ力」の向上を目指している。
普及啓発事業		自殺対策相談窓口一覧及び 予防啓発用リーフレット作成	①庁内関係部署や関連機関の自殺関連相談窓口などで配布することにより、区民への予防啓発及び当事者やその家族に対する適切な窓口紹介の一助とするため。 ②保健所・各保健センター、区関係相談窓口、健康づくり推進員、区イベント等で配布。作成部数 8,000部と予定。
		「こころの体温計」の導入	①気軽に対人相談することなく利用可能なアプリケーションを導入することにより、対人相談が苦手な区民も自身のメンタル傾向に気づき、専門相談へのきっかけづくりを提供するとともに、アプリケーションの利用データから読み取れる傾向を事業の展開に活かす。 ②区ホームページ上に「こころの体温計」を設置。 ③周知機会を増やすことでアクセス数を増やし、データの蓄積、分析の精度を高める。
		うつ・自殺対策講演会	①自殺やその原因となる「うつ」に関する正しい知識を地域社会に普及させ、自殺防止に向けた理解と協力を促進するため、この病気を経験した著名人や学識経験者等から直接、経験談や注意点などを興味深く、直接に区民が聞く機会を提供するため。 ②著名人、NPO法人役員や専門医など計3回を予定。その他、保健センターにおいて職員による普及啓発の紙芝居を区民対象に実施する。 ③区の特性や傾向を踏まえた講師を選定する。また、区内図書館で講師または講演テーマに即した特集コーナーを設置する。

## 平成26年度 東京都地域自殺対策緊急強化補助事業一覧表(区市町村)

区名	事業区分	事業名	①事業目的 ②事業内容 ③工夫点
江戸川区	対面相談支援事業	自殺防止対策 総合相談会	① 自身の抱える複数の問題を、解決の方向に繋げることで、自殺のリスクは軽減する。 ② 法律、就労、生活、健康問題、多重債務など各分野の専門家を相談員とし、相談者に対する必要な助言、情報提供、支援機関へのつなぎなどを行う。 ③ 複数の問題を一会場で効率的に相談できるよう工夫する。関係資料配置で情報提供を行う。広報紙への掲載や、チラシの町会回覧等広く周知を図る。毎月定期開催とし、参加しやすい会場・時間帯とする。
	人材養成事業	いのち見守り隊養成講座(ゲートキーパー養成研修事業)	① 自殺についての正しい知識を習得し、自殺のサインに気づき必要な支援につなぐことにより、自殺のリスクを軽減させる。 ② 区民、区職員、民生・児童委員、ファミリーヘルス推進員を対象に専門家を講師に招き、気づき・関係機関への繋ぎを行えるように人材養成を行う。 ③ 受講者に修了証を発行し意識継続を図る。また区職員には、受講3ヶ月後に再度アンケート調査を実施し、講座内容の検証や効果の評価材料とする。
		自殺防止対策出前講座	① 身近にいる人が、自殺についての正しい知識を習得し、自殺のサインに気づき必要な支援につなぐことにより、自殺のリスクが軽減させる。 ② 各種団体の依頼により、区職員が会場に向かい、自殺についての正しい知識と自殺対策の地域への普及浸透を計る。 ③ 関係部署を通じて周知を行い、各種団体の研修会・定例会など規模を問わず、希望する会場・時間に職員が出向く。
	普及啓発事業	こころの体温計	① スクリーニングで問題点を発見することで、早期に心のケアに繋げる。相談窓口への連絡や医療機関受診へのきっかけをつくる。 ② パソコン・携帯電話から気軽にいつでも、どこでも、ストレスや落ち込み度などメンタルヘルスチェックできるシステム。
		自殺防止キャンペーンポスター・チラシ等作成	① 自殺の現状や区の取組など、心の悩みに関する情報を視覚から効果的に周知することで、全体の意識を高め、普及啓発を図る。 ② キャンペーンポスターと、キャンペーンや相談機関の連絡先を記載したチラシを作成し、周知する。 ③ 広く周知するためにポスター(区掲示板・区施設・金融機関等)掲示、チラシ(町会回覧・区施設・広報スタンド等)配布、配置する。
		自殺防止キャンペーン 自殺防止シンポジウム	① 関係者による講演、パネルディスカッションを行うことで、自殺防止に対する意識を高める。 ② 自殺の現状や江戸川区・関係機関の取組みを広く周知するため、区内施設で開催する。 ③ 区民の参加しやすい施設・時間で行う。① 関係者による講演、パネルディスカッションを行うことで、自殺防止に対する意識を高める。
	強化モデル事業	未遂者支援事業	① 自殺未遂者に支援を行うことで、再企図を予防する。 ② 救命救急病院(都立墨東病院)に搬送された自殺未遂者で同意をした方に、保健師が入院中から関わりを持ち、退院後も継続した支援を関係機関と共におこなう。 ③ 適切な支援を行うようにする。
八王子市	人材養成事業	市民向けゲートキーパー養成講座	① 身近なゲートキーパーを養成する。 ② 市民向けパンフレット(平成25年度作成)や効果的な媒体を活用し、依頼教育や各種講座等においてゲートキーパー養成講座を実施。 ③ 対象者に合わせたリーフレット等を活用し、ゲートキーパーとしてのスキルアップを図れるようにする。
		八王子市自殺総合対策における推進体制の整備	① 職員の自殺対策への理解を深め、相談対応スキルの向上を目指す。 ② 職員向け対応マニュアルの作成や、研修を実施 ③ 庁内プロジェクトを立ち上げ横断的なネットワークを構築しながら相談対応について検討していく。
	普及啓発事業	うつ・自殺対策講演会	① 広く市民に対してうつ予防に対する知識の普及啓発を行う ② 大野医師による講演会の実施 ③ 市民の関心を高めるために、うつ病の権威である講師を招く
		こころの体温計	① 市民のメンタルヘルスケア ② 携帯電話などからアクセスできるメンタルチェックシステム「こころの体温計」の運用し、イベント時にカードを配布 ③ 携帯電話からのアクセスを想定し、相談先一覧を掲載している
		CM放映	① 広く市民に対してうつ予防に対する知識の普及啓発を行う ② 予防月間にテレメディア八王子(ケーブルテレビ)、八王子シティビジョンを活用し以前に作成したCMを放映する。 ③ 駅間という立地条件を生かし、また、ワカバの「あかり」の曲を取り入れCMを放映することで、多くの市民に対し、自殺対策への普及啓発を行う。
	若者向け自殺防止啓発パンフレット作成	① 若者の自殺予防のための普及啓発を行う。 ② 学生の多い南多摩保健医療圏域において、共通のパンフレットを作成 ③ 若者が手に取りやすい装丁とし、各市の相談先を入れ配布する。	
立川市	普及啓発事業	社会全体で自殺を防止するためのメンタルヘルス教室	① メンタルヘルスに関する正しい知識を持つ。 ② アサーションを学び、コミュニケーション能力を高める。 ③ 相手も自分も大切に自己表現を身に付け、心の健康を保つ。



# 平成26年度 東京都地域自殺対策緊急強化補助事業一覧表(区市町村)

区名	事業区分	事業名	①事業目的 ②事業内容 ③工夫点
武蔵野市	対面相談支援事業	自殺予防市民こころの健康支援事業	①市民生活において、自殺に追い込まれる原因となるような多重債務、職場や学校でのいじめ、家庭での虐待など、さまざまな問題について、一人で悩まず気軽に相談できる体制を作ることによって自殺の防止に努める。 ②予約制で、毎週木曜日の午後、精神保健福祉士による面接相談支援を行う。本人、家族、友人等、さまざまな悩みを抱えた市民からの相談を、匿名でも受け付ける。 ③面接場所は、事務所内に相談室を設置。広さ、採光など相談しやすい環境を配慮する。
	電話相談支援事業	自殺予防市民こころの健康支援事業	①市民生活において、自殺に追い込まれる原因となるような多重債務、職場や学校でのいじめ、家庭での虐待など、さまざまな問題について対面せずに話しやすい手段として電話相談を受け付ける。また、適切な関係機関につなげる体制を作ることによって自殺の防止に努める。 ②健康、子育て、職場の人間関係、学校での悩み等、さまざまな分野における悩みについて、精神保健福祉士による電話相談支援を行う。 ③毎週木曜日以外にも、職場や学校が休みのことが多い土曜日について月2回開設。匿名の相談にも応じる。
	人材養成事業	庁内ゲートキーパー養成研修	①窓口対応の職員、関係機関職員等を対象としてうつ病、自殺に関する知識、精神疾患のある方への対応方法について研修を実施することで、職員の対応能力の向上を図るとともに、窓口相談や教育現場での悩み、SOSに気づける人材養成を行う。 ②地域医療機関の精神科医等の専門家を講師に招き、うつ病、ストレスチェック、自殺の特徴などについて、事例検討を交えた実践的な研修を行う。 ③参加者の業務の繁忙に応じて参加できるよう、年3回に分けて実施するとともに、開催時期・時間も考慮する。各分野で活用できる内容にするため、受講者にあったテーマに設定し、業務に還元できるようにする。
	普及啓発事業	自殺予防市民こころの健康支援事業	①市民のこころの健康についての理解を深め、支え合える地域の環境作りを目指す。 ②こころの健康支援事業に関するリーフレット、ポスターを、市民の利用する関係機関に配布し周知を図る。 ③市民が利用する金融機関、在宅介護支援センター等への配布や、各講演会等で配布する。
		自殺予防市民こころの健康支援事業	①一人で悩まず、まずは相談できる窓口の周知を図る。 ②子どもから高齢者まで、悩みごとの相談を受け付ける機関等相談窓口一覧のリーフレットを作成し配布する。 ③悩み事で多い内容に対応できる窓口を、当市の事業以外も含めて紹介した。
		自殺予防市民こころの健康支援事業	①こころの健康、自殺防止に関する講演会を開催することで、市民の自殺対策に関する意識を高める。 ②時期に合ったテーマ設定の講演会の開催と、随時要請があれば小グループの団体に対して出前講座を行う。 ③講演会は、自殺対策強化月間に合わせて開催。その他随時、小学校の総合の授業、企業の職員研修など要請があれば出向いて講座を開く。
三鷹市	人材養成事業	ゲートキーパー養成講座	①市の職員を対象とし自殺に関する知識、窓口相談にこられた方への対応方法に関する養成講座を実施することで、職員の対応能力の向上を図るとともに、窓口相談での悩み、SOSに気づける人材養成を行う。 ②住民の身近な存在である、市の職員が、自殺の現状や予防について理解し、相談にきた市民を適切な支援につなぎ自殺を未然に防ぐことができるようにするために、日本・東京・三鷹市の自殺の実態、自殺要因の連鎖、自殺の危機経路事例、新自殺総合対策大綱について、庁内のネットワークの必要性について学ぶ。 ③参加者の業務の繁忙に応じて参加できるよう、年5回(2回は管理職対象、3回は一般職対象)に分けて実施する。
青梅市	人材養成事業	ゲートキーパー養成講座事業	①青梅市では、平成23年度から24年度にかけて自殺者数が減少したものの、25年度(概算)では、増加している。市民や教育関係者、民生児童委員を対象として、うつ病・自殺に関する知識やゲートキーパーとしての講座を開催することで、周囲の人のSOSに気づける人材を増やしていく。 ②初級講座・中級講座を1回ずつ開催し、うつ病、メンタルヘルス、自殺にいたる要因などについて講座を行う。 ③ゲートキーパー養成講座を開始して3年目となる。より幅広く実践的な知識を高められるよう、臨床心理士を講師に招き、中級講座を実施する。
	普及啓発事業	自殺予防普及啓発事業	①自殺に対する市民の意識を向上させる。 ②講演会や健康講座など、手にとって見てもらえる可能性の高い場で配付を行う。健康課や市で行う事業、駅前で行うキャンペーンの際など、幅広い市民に周知できる機会を活用する。 ③手元に置いて使ってもらえるような人気のある商品、デザイン性の優れた物を選ぶ。
	普及啓発事業	メンタルチェックシステム「こころの体温計」	①インターネットやパソコンからアクセスできるメンタルチェックシステムを活用することで、市民一人一人が自身のメンタルヘルスに目を向けられるようにする。 ②自殺防止月間にあわせて、行政配信メールにて登録者全員(約14,000人)に同システムのURLを自動配信し、受信したメールからそのままアクセスできるようにする。また、市広報への掲載や、職員に向けても一斉送信を行う。 ③アクセスする機会をなるべく増やせるよう、繰り返し周知を行う。チェックの結果が表示された次の画面に相談機関の連絡先一覧を表示させるように工夫してある。

## 平成26年度 東京都地域自殺対策緊急強化補助事業一覧表(区市町村)

区名	事業区分	事業名	①事業目的 ②事業内容 ③工夫点
府中市	人材養成事業	ゲートキーパー養成研修事業	①窓口対応の職員、関係機関職員、民生委員等を対象としてうつ病、自殺に関する知識、精神疾患のある方への対応方法について研修を実施することで、職員の対応能力の向上を図るとともに、窓口相談や教育現場での悩み、SOSに気づける人材養成を行う。 ②精神科医を講師に招き、うつ病、自殺の特徴などについて、相談対応方法などの実践的な研修を行う。 ③参加者が参加しやすいように日中の時間に実施。相談担当者連絡会事務局と共催で実施し、他課と連携を取りながらおこなう。
		自殺対策のための事例検討会	①相談を受ける部署の職員、関係機関職員を対象として、うつ病や自殺などの事例を取り上げ、自殺対策について今後活かせる支援の検討、共有を行う。 ②経験の深い保健師をスーパーバイザーに招き、25年度に実施した庁内の「自殺未遂者・既遂者に関する情報提供」の聞き取り調査の中から事例を取り上げ、共有した事例から必要な支援、対策を考え、10月に開催する「自殺に関する庁内連絡会(仮称)」で事例検討会の内容を報告し、庁内における対策づくりへつなげる。 ③実際の事例をもとに対策へつなげていくため、市の実態に即した内容を検討し共有できる。
	普及啓発事業	自殺対策のための普及啓発用リーフレットの作成・配布	①うつ病等の心の悩みに関する情報や相談機関の連絡先などを記載したリーフレットを作成し、市民に普及啓発を図ることで、市民の自殺に対する意識を高める。 ②相談機関の連絡先一覧を記載した普及啓発用リーフレットを作成し、関係機関や医療機関での配布により市民へ周知する。 ③自殺対策強化月間などで、市内の医療機関などへ配布をし市民へ周知を行う。
		自殺に関する講演会	①講演会を通して、日常生活における改善すべき生活習慣を見出し、市民自らうつ病についての学びを深める。 ②地域の精神科医師に講師を依頼し、うつ病の理解や自殺の現状を学ぶ。 ③地域の精神科医師に講演してもらうことで、精神科受診が必要な場合の抵抗感を減らすことができる。
		自殺対策月間キャンペーンと自殺対策啓発コーナーの設置	①うつ病など心の悩みに関する情報や、相談機関の連絡先を記載したリーフレットを配布し、普及啓発を図ることで、市民の自殺に対する意識を高める。 ②自殺防止月間にあわせて、関係機関の窓口での配布を行い、市民へ周知する。また、市内の精神科等の医療機関へ、相談カードを配布する。 ③女性センターと連携し、コーナーを設置。また、各事業で府中市の自殺対策について周知する。
	昭島市	人材養成事業	ゲートキーパー養成研修事業
普及啓発事業		メンタルヘルスチェック「こころの体温計」	①携帯やパソコンを使って、市民自身や市民の家族のこころの状態をチェックし、心のSOSに気づき、適切な相談につながることで、自殺を未然に防ぐことを目的とする。 ②メンタルヘルスチェック「こころの体温計」のカスタマイズを導入し実施。ホームページや市報、夏の健診特集号などでPRを行い、市民への普及をおこなう。 ③市の自殺の特徴を反映し、家族モードを追加した。毎月アクセス状況の報告を確認し、利用状況から、事業への工夫を検討する。
		市民向け自殺防止普及事業	①自殺防止を目的とした、カードやリーフレットを作成し、相談窓口へ配布し、市民への自殺予防と相談窓口の啓発と普及を行う。 ②健康課窓口や関連部署の窓口へカードやリーフレットを置くなど普及啓発を促す。また、自殺予防強化月間には自死遺族のパネル展示を実施する。 ③自死遺族のパネル展では、自由記載のアンケートを行い、市民の反応を確認し、事業へのフィードバックを行う。
調布市	人材養成事業	自殺予防対策人材養成事業	①精神保健福祉に関する一般相談において、対応困難な事例に対応するため、支援方針等の助言を行い、指導・管理・教育といったスーパーバイズ機能を提供し、人材育成を図る。 ②精神保健福祉士・精神科医による個別相談、関係機関でのネットワーク連絡会、事例検討会。 ③ネットワーク連絡会や事例検討会では関係機関全体でスーパーバイザーの指導を受けることにより、統一した支援の方向性を持ち、チーム全体で支援方針の向上をはかる。
		ゲートキーパー養成研修	①様々な場面で市民に接する機会が多い民生委員等を対象に、うつ病や精神疾患を持つ方への対応、自殺に関する知識などの研修を行うことで、周囲の方々のSOSに気づける、相談につなげられる人材を養成する。また、その本人自身も心の健康づくりの大切さについて考える機会とする。 ②民生委員を中心とする対象に、ゲートキーパー養成研修を実施し、受講者にはバッジを配布する。 ③より多くの方に研修を受けていただくため、既存の連絡会等の場を利用して啓発を図る。
	普及啓発事業	自殺予防啓発事業	①市民が心の健康問題の重要性を認識し、自身や家族の心の不調に気付くことができるようになる。 ②うつや自殺予防の啓発のため、予防月間に合わせてパネル展示やリーフレットの配布を行う。 ③乳幼児健診やこども歯科相談室などの母子保健事業を利用し、若い子育て世代の方々への普及啓発を行っている。
		自殺予防講演会	①こころの健康に関連の深い睡眠やうつ・精神疾患についての知識等、専門家による講演会を行うことで、自身や家族、周囲の方々のこころの健康に対する市民意識を高める。 ②睡眠とこころの健康について理解を深め、不眠症やうつを予防するための対応について、講師を招いて講演会を実施する。 ③働き世代の方も参加しやすいよう土曜日の開催を予定している。
		テレビ広報での啓発活動	①より多くの方へ、うつや自殺予防の啓発を行うため、テレビ広報を利用してこころの健康づくりについて考えてもらう機会とする。 ②自殺予防月間に合わせて市のテレビ広報で呼びかけを行う。 ③視覚的に伝わりやすいよう、パネルなどを利用して撮影を行う。

## 平成26年度 東京都地域自殺対策緊急強化補助事業一覧表(区市町村)

区名	事業区分	事業名	①事業目的 ②事業内容 ③工夫点
町田市	対面相談支援事業	町田市自殺総合対策連絡協議会	①町田市自殺総合対策基本方針に基づく施策を推進していく上で、総合相談会開催のための検討を行う。 ②統計に基づく市の現状に基づき、総合相談会の相談窓口となる各所属の選定や実施方法などの検討を行う。 ③総合相談会は市の相談窓口のみでは対応が困難であり、関係機関の協力を得て実施するための協議を行う。また、総合相談会の実施を通じ、市及び関係機関等の連携機能の向上を図る。
	人材養成事業	ゲートキーパー養成研修等	①庁内の職員、関係機関職員、教職員、市民等を対象に自殺に関する知識、精神疾患のある方への対応方法について研修を実施することで職員の対応能力の向上を図るとともに、窓口相談や教育現場、地域での悩み、SOSに気づける人材養成を行う。また、多分野合同研修を開催し、各相談窓口等の相互理解を深め、適切な対応のための意識の醸成を図る。 ②ゲートキーパー養成について、身近なゲートキーパーから普及の核となるゲートキーパーと階層にわけ、自殺の基本的な知識や階層・分野に応じた観点から研修を行う。 ③ゲートキーパーの養成先調査を実施し、庁内の関係部署と連携して各分野におけるゲートキーパーの養成を図っている。
		町田市自殺総合対策連絡協議会	①町田市自殺総合対策基本方針に基づく施策を推進していく上で、発展的にゲートキーパーの養成を展開するため、各委員を通じ各所属へ調査実施のための検討を行う。 ②各所属に応じて講師の紹介・派遣や各所属が実施主体となるゲートキーパー養成研修の企画など、協力可能な事項及びゲートキーパー養成先を把握する。 ③ゲートキーパーの養成について、市の主管課のみの開催ではなく、関係機関にも広げられるよう、調査票を協議会の場で検討し、調査を実施する。
		ゲートキーパー手帳	①ゲートキーパー研修の受講者が手引きとするための補助教材とする。 ②主に身近なゲートキーパーを対象とし、基本認識、ゲートキーパーの役割と期待されること、自殺のサインなどを簡潔にまとめた手帳を作成する。 ③「悩み」の相談先一覧を収納できるようなポケットを作成し、連動性を確保するとともに、相談先の名称・連絡先の変更に伴う改訂のリスクを軽減させている。
	普及啓発事業	「悩み」の相談先一覧作成	①こころ、遺族支援、保健、法律、高齢者など、自殺の危険要因である様々な問題に対応した各分野の相談窓口を一覧にすることで、相談につながる・つなげるための一助とする。 ②各相談窓口等の電話番号や受付時間、事業内容を一覧にしたリーフレットの作成。 ③A3用紙を折りたたみコンパクトにし、利便性にも工夫している。
小金井市	人材養成事業	自殺対策緊急強化事業(ゲートキーパー養成研修)	①自殺防止対策の一環として、小金井市職員や市民を対象としたゲートキーパー養成研修を行い、初期介入スキルの習得を目的とする。 ②年3回(職員向け2回、市民向け1回)に上記研修を行う。 ③受講者に聴覚障害のある場合に備え、手話通訳者の配置を行う。
	普及啓発事業	自殺対策緊急強化事業(メンタルチェックセルフシステム「こころの体温計」の継続稼働)	①メンタルセルフチェックシステム「こころの体温計」を導入し、それを利用する事で市民及び市職員の心の状態を自身で把握していただき、うつ状態など自殺の初期段階で適正な相談機関を知っていただく。 ②小金井市HP上に上記メンタルセルフチェックシステムを作成、稼働する。 ③定期的にHPや市報、チラシなどで周知活動を行う。また、市内イベントにて平成25年度にて作成した啓発グッズ(ボールペン・クリアファイル)の残分を配布する。
小平市	人材養成事業	接遇アドバンス研修 ゲートキーパー養成講座 ～窓口における自殺予防対応を考える～	①自殺予防に関する理解を深め、適切な対応方法を習得することを目的とする。 ②自殺予防に関する専門家を講師に招き、自殺の実態や課題、相談を受けた際の適切な対応方法等の講義を行う。(対象は市職員。) ③研修効果を高めるため1回の講義における受講生数を20名程度に抑えている。
	普及啓発事業	『自殺』を防ぐ心の健康づくり(中学校養護教諭との連携)	①養護教諭と連携することにより、児童思春期への自殺対策を図る。 ②養護教諭などの関係者との話し合いや生徒への授業などを行う。 ③養護教諭との連携を通して、それぞれの対象に合わせた効果的な方法を検討し実施する。
		『自殺』を防ぐ心の健康づくり(講演会)	①臨床心理士による講演会を行い、ストレスケアに対する意識を高め、自殺予防を図る。 ②健康センターにおいて講演会を開催する。 ③市民が参加しやすいようなテーマを設定し、参加型の内容を取り入れ、気軽に学べるきっかけにしよう。

## 平成26年度 東京都地域自殺対策緊急強化補助事業一覧表(区市町村)

区名	事業区分	事業名	①事業目的 ②事業内容 ③工夫点
日野市	人材養成事業	自殺対策職員研修(ゲートキーパー養成研修)	①庁内の職員を対象に、窓口業務での相談や対応の中で、市民の悩みや不安に気づき、適切な支援につなぐための、意識啓発を目的とする。 ②有識者や支援者と自死遺族の方を講師に招き、意識啓発を中心とした研修を行う。 ③全職員を対象とし、受講者が職場で活用できる内容にするため、講師や研修内容の見直しを図っていく。
		ゲートキーパー指導者養成研修	①係職員の市民など対象に行うゲートキーパー研修や啓発事業に必要なスキルや心構えを養うため。 ②指導者(講師)として必要なスキルを身に付けるための講習を受ける。 ③講習を受けるだけではなく、他の自治体との交流も深め養成講座の企画などの情報交換も行う。
	普及啓発事業	自殺対策啓発事業「講演会」	①有識者や支援者による講演を行うことで、自殺防止に対する市民意識を高めることを目的とする。 ②自殺対策に取り組むNPO法人に事業を委託し、市の施設において精神科の医師を講師として近年問題となっている「薬物・自傷行為」などについて講演を行う。 ③経験豊富なNPO法人に委託して効果的に運営するとともに、市の施設を活用することで費用対効果を考慮して事業を行う。
		自殺対策啓発事業「いのちの学校」	①命の大切さ・心の健康について講演や展示をおこない、命の大切さの動機付け社会を担う人育成を目的とする。 ②市内中学校で、生徒・保護者・教職員などを対象とし、命の大切さ、心の健康に関する講演、展示を行う。 ③教育委員会と連携し中学校3校で、開催することで、生徒だけでなく参加する保護者や教職員、地域の方などへの意識付けも行うことが出来る。
	強化モデル事業	自死遺族支援事業「わかち合いの会」	①自死遺族が集まる場を設けることで、自らの心の痛みに向き合い、自分らしさを取り戻すためのこころのケアを図ることを目的とする。 ②自死遺族支援団体に運営を委託し、市の施設を利用し定期的に自死遺族が集まる会を開催している。 ③毎回担当職員も会に参加して、自死遺族の体験や気持ちを直接聴くようにしている。また、多摩市との連携により、日野市で年6回(偶数月)、多摩市で年6回(奇数月)実施し年間を通して開催。また、関係機関への周知も協力し行っている。
「日野市自殺総合対策基本計画」の策定		①「日野市自殺総合対策推進条例」に基づく、「日野市自殺総合対策基本計画」の策定について検討し、自殺対策の推進に資する。 ②公募市民、有識者等の外部委員を含めた委員会形式で基本計画の策定に向けた協議、検討を行い計画書を作成する。 ③公募市民等の外部委員を活用することで、市民の意見をより反映できるようにしている。	
東村山市	人材養成事業	ゲートキーパー養成研修事業	①自殺の現状を知り、家庭や職場、地域の中で身近な人々がお互いのこころの健康状態や自殺のサインに気を配り、支援に繋げられる。 ②多摩小平保健所の職員による地域の自殺の現状についての講義と、産業カウンセラーによるゲートキーパーの役割を果たすために、知って欲しいことについての講義
	普及啓発事業	自殺対策予防講演会	①うつ病は無理を重ねたりすると自殺に繋がってしまう恐れもあり、早期発見早期対応が大切であることを知るために講座を実施。 ②「うつ病の話」・「うつ病と上手に付き合う方法」・「うつ病とヨガ」の講演と実践。
		普及啓発用のポケットティッシュ作成・配布	①市民が、自殺は身近にある問題として啓発に努める。 ②自殺予防関連のポケットティッシュを用いて、さまざまな場面で自殺予防のPRを図る。
国分寺市	人材養成事業	職員研修「ゲートキーパー養成講座」	①職員が、自身や身近な人のこころの健康について関心を持ち、精神的不調を予防・軽減できるようにする。また、身近なゲートキーパーとなり、庁内窓口や市民対応の場で役立て、自殺予防の地域の支え手としての役割を考え、地域全体で心の健康づくりを目指す。 ②庁内職員を対象としたゲートキーパー講座を実施する。 ③職員課との共催で、職員研修として位置付けることで、職員の参加率を高める。
	普及啓発事業	こころの体温計(メンタルヘルスチェックシステム)	①市民が気軽に心の健康度を確認することで、心の健康についての関心を高める。また、ホームページに「相談先一覧」を掲載し、相談窓口の周知を行う。 ②「こころの体温計(メンタルヘルスチェックシステム)」をホームページに掲載する。また、「こころの体温計(メンタルヘルスチェックシステム)」啓発告知用ティッシュを作成し、市内公共施設等で配布する。 ③啓発告知用ティッシュについて、働き盛り男性の目に留まるように、青年会議所等を通じて、配布を依頼予定。自殺対策月間には、市報で「こころの体温計」および自殺予防に関する内容を一面で掲載する予定。
国立市	人材養成事業	平成26年度 心の健康づくり職員等向けゲートキーパー研修の実施	①昨年に引き続き、職員等が自殺関連行動や対応の方法の知識をひろめ、レベルアップを図れるようにする。 ②専門家による講演会の実施 ③今まで未受講の職員も受講できるよう日程を調整する。
		平成26年度 心の健康づくり市民向けゲートキーパー研修の実施	①社会全体で自殺を予防するため、一般市民に、思春期、青年期のこころの問題を学習できる場を提供する。 ②思春期、青年期の心の問題を重点的にした講演会 ③会場を福祉会館等、市民に身近な会場を予定。
	普及啓発事業	自殺予防パンフレットの配布	①市民が自殺対策に関心を持つきっかけにする。 ②事業内容 ゲートキーパー育成用パンフレットを市内の公共機関に配布 ③工夫点 昨年同様、あからさまに「ゲートキーパー」という文言を使用せず、やわらかなデザインで「自殺」に対する不快な印象を回避したパンフレットを選択した。
		自殺予防映画会の開催	①命の大切さについて、生きることを考えさせるようなテーマの映画を昨年に引き続き選択した。 ②事業内容 映画の上映 ③工夫点 親子で視聴できるよう、昨年同様夏休みに設定。午後は大人だけでも見られるようにした。
福生市	人材養成事業	ゲートキーパー研修	①庁内の職員を対象に、自殺防止に関しての知識を深めてもらい、職員の対応能力の向上を図る。 ②精神科医を講師に招き、うつ病や自殺についての研修を行う。 ③うつ病や自殺対策について理解を深めた市職員を増やしていき、窓口で自殺のサインに早く気づけるようにしていく。H25年度から実施したので、開催を繰り返し、受講者を増やしていく。

## 平成26年度 東京都地域自殺対策緊急強化補助事業一覧表(区市町村)

区名	事業区分	事業名	①事業目的 ②事業内容 ③工夫点
狛江市	人材養成事業	ゲートキーパー養成研修事業	①ゲートキーパー等を対象としてうつ病、自殺に関する知識、相談の受け方・対応方法について研修を実施することで、ゲートキーパーの対応能力の向上を図るとともに、悩み、SOSに気づける人材養成を行う。 ②地域医療機関の精神科医等の専門家を講師に招き、うつ病、ストレスチェック、自殺の特徴などについて、相談の対応方法等について実践的な研修を行う。 ③受講者が負担を感じないように、ゲートキーパーを支える体制をととのえる。
	普及啓発事業	自殺対策講演会『話し』のきき方講座	①専門家による講演会を行うことで、自殺防止に対する市民意識を高める。 ②市の施設において講演会を行い、市民へ情報提供を行う。 ③市の施設を活用することで費用対効果を考慮して事業を行う。
東大和市	対面相談支援事業	自殺予防相談	①市民が心身の健康について気軽に専門医に相談でき、家庭における健康管理に資することを目的とする。 ②精神科医師による相談(事前予約制) ③市報やこころの体温計の相談ページ等に掲載し、周知している。
	人材養成事業	ゲートキーパー研修の実施	①職場や地域のさまざまな分野において、身近な人の自殺のサインに気づき専門機関へつなぐという一連の流れと役割を理解し、市全体の自殺予防対策の強化を図る。 ②研修の開催に際し、職員課との共催とし、庁内職員全員が受講できるよう来年度以降も計画する。
	普及啓発事業	パネル展および図書展	①市民への自殺予防の啓発 ②市役所ロビーおよび図書館特設コーナーでのパネル展示・関連図書の貸し出し ③自殺予防月間に合わせて開催する。
		こころの健康づくり講演会	①こころの健康づくりや自殺予防について市民向け講演会を開催し、啓発活動をする。 ②講演会を開催 ③手話通訳者を配置
		メンタルチェックシステム「こころの体温計」事業	①市民が気軽にこころの健康状態をチェックし、メンタル面への意識を高めさせるとともに、相談機関がわかりつながらることを目的とする。 ②市公式ホームページや携帯電話からアクセスして利用する。
清瀬市	人材養成事業	ゲートキーパー養成研修事業	①庁内関係各課の職員を対象として、専門家を呼び、うつ病、自殺予防に関する研修、連絡会を行い知識と理解を深め、ネットワークを構築する。 ②庁内での「自殺予防対策庁内連絡会」を継続し、自殺予防に関する研修を実施。うつ病や自殺企図のある方への対応を学ぶ。 ③連絡会の中で研修会を実施し、職員の意識を高める機会とする。
	普及啓発事業	自殺予防啓発事業	①うつ病等のリーフレットなどを配布し、市民に普及啓発を図ることで、市民の自殺に対する意識を高める。 ②うつ病等やストレスに関するリーフレットを、関係機関や講演会、市民まつりなどで配布し、市民に普及啓発を図る。 ③医師会に協力を依頼し、市内医療機関のカウンターなどに設置し、受診に見えた方が手に取りやすいように配慮してもらう。 ④市民まつりなどさまざまな年代が集う場で啓発を図る。
		自殺予防講演会	①専門家による講演会を行うことで、自殺防止に対する市民意識を高める。 ②市の施設で、うつに関する講演会を実施する
		地域の市民グループ講話	①保健師による講話を行うことで、地域の自殺防止に対する意識を高める。 ②講話やリーフレットの配布。 ③高齢者が集まりやすい地域の身近な集会所などで、講話を実施する。
東久留米市	人材養成事業	こころの健康づくり(自殺予防)事業	①事業目標:市職員が自殺について学び、庁内連携をしながら市民対応できるようにする ②事業内容:職員向け自殺予防の講座(2回) ③工夫点:自殺の実態・背景等について市職員(管理職、窓口職員)に対し講座を開催し、市民の深刻な相談に対して、庁内関係部署が連携して対応していくことを目指す
	普及啓発事業	こころの健康づくり(自殺予防)事業	①事業目標:講演会・パネル・展示等により、市民に自殺予防普及啓発をする。 ②事業内容:1)市広報(9月・3月号)に記事掲載、健康課施設内にパネル等の展示・リーフレット配布、関係機関・関係部署にリーフレット設置 2)講演会 ③工夫点:経年的に事業を行うことで、市民に自殺予防を普及する。
武蔵村山市	人材養成事業	ゲートキーパー養成研修事業	①事業目的 本市職員を対象に、職場内又は地域でのゲートキーパーとなるよう養成を行うことを目的とする。 ②事業内容 人事部門と連携の上、外部より専門家の講師を招き、研修を行う。 ③工夫点 より多くの職員の参加を促すため、今年度中に2回実施し、また市役所本庁舎以外の出先機関職員にも参加しやすいよう、2会場での実施を計画している。
	普及啓発事業	市民まつり等における自殺総合対策に係る普及啓発事業	①事業目的 自殺総合対策の重要性について啓発することで、市民に対しその理解を深め、自身や身の回りの方に対する助けを行うこと。 ②事業内容 自殺対策にかかるパンフレットやグッズ等を購入し、市民まつり等で配布する。 ③工夫点 市民が日常より活用できるような、身近なパンフレットやグッズ等を購入する。
		地域自殺対策講演会事業	①事業目的 市民が自殺対策についての重要性を理解し、それを地域で体現できること。 ②事業内容 自殺総合対策に係る専門家を招き、市民に対し自殺についての現状やその対策について、講演していただく。 ③工夫点 講演会場は市内の中心部にある公共施設とすることで、出来るだけ多くの市民に参加していただくよう企画している。

## 平成26年度 東京都地域自殺対策緊急強化補助事業一覧表(区市町村)

区名	事業区分	事業名	①事業目的 ②事業内容 ③工夫点
多摩市	人材養成事業	ゲートキーパー養成研修事業	①自殺に関する知識を広め、身近な人の自殺や心身不調のサインに気づき、見守りながら、必要に応じて相談・支援機関につなぐことができる人材を養成する。 ②自殺の現状や、背景、要因についてなど、自殺に関する知識を学ぶ。 ③自死遺族に経験を語ってもらうことで、自死遺族に関する支援の知識も広め、市民の自殺に関する偏見を取り除いていく。
	普及啓発事業	こころの体温計	①心の健康への関心を高め、相談機関を周知するとともに、自殺の原因となりうるうつ病の早期発見、早期相談により自殺予防を図る。 ②こころの体温計を利用して、メンタルチェックを身近なものとし、うつ病を早期に発見する。相談機関を表示することで、早期の相談につなげ、問題が複雑化する前に解決を図る。 ③周知用カードを作成し、市内施設に設置。今年度はより範囲を広げて設置を依頼する。
		若年層向け自殺予防のための普及啓発	①若年層に対し普及啓発を積極的に行い、自殺予防や心の健康に関しての知識を広め、悩みや困り事の早期相談、早期解決を図る。 ②相談機関の一覧を記載した普及啓発用クリアファイルを作成し、成人式で配布する。中学生向けに心の健康の普及啓発グッズを作成し、配布する。 ③中学生に配布する際には、保護者向け文書も一緒に配布し、保護者にも心の健康に関しての啓発を行う。
		自殺予防総合パンフレット	①一人ひとりが身近な人の自殺のサインに気づき、自殺予防に結びつける行動が取れるよう、自殺予防に関する知識を広め、自殺予防を図る。 ②自殺予防に関する情報を掲載したパンフレットを作成し、全戸配布を行う。 ③施設配布ではなく、全戸配布を行い、市内全域において積極的に啓発をする。配布は、障害者就労施設等からの優先調達案件として障害者団体に配布業務を委託する。
		自殺防止に関する講演会・講座	①講演会や講座を行うことで、市民に自殺に関する知識を広め、自殺防止に対する意識を高める ②専門家による講演を聴き、自殺に関する正しい知識を理解して、早期発見、早期相談につなげていく。 ③保育士等の専門職を中心とした講演会を実施し、自殺防止に関する知識を様々な分野に広めていく。
	強化モデル事業	自殺予防小冊子	①中学生に向けて、心の健康や生活上の困難やストレスに直面したときの対処方法等の知識を広め、自殺予防につなげる。 ②東京都の「自殺予防小冊子」の一部を改変(相談先の追加)して作成し、市内中学1年生に配布する。職員向けの解説書を作成し、授業に活用してもらい、自殺予防の取り組みを進める。保護者向けにもリーフレットを作成し、配布する。 ③夏休み明けの9月に配布予定。長期休み中及びその前後は、心の状態が不安定となることが多いため、その時期に配布し、より効果的な予防を図る。
		自死遺族支援(わかち合いの会)	①自死遺族が集まる場を設けることで、自らの心の痛みに向き合い、自分らしさを取り戻すための心のケアを図る。 ②日野市と共催で、市の施設を利用し、毎月自死遺族が集まる会を開催する。会の運営は、自死遺族支援団体に委託する。 ③毎回、担当職員も会に参加して、自死遺族の体験や気持ちを聴くようにしている。日野市との共催により、年間を通して月1回自死遺族が集まる場を提供する。また、関係機関への周知も協力して行っている。
稲城市	普及啓発事業	自殺予防(こころと体)パンフレット	①こころの健康づくり教室内での教材として自殺予防のパンフレット利用し、よりわかりやすい教室にする。 ②こころの健康づくり教室内で利用するパンフレット ③市民がこころの健康づくりについて知り、行動につなげられるようなパンフレットを選定
		自殺予防対策のためのこころの健康づくり推進事業(こころの健康づくり教室)	①こころの健康は、基本的な生活の根底にある土台である。こころの健康に対する市民への知識の普及活動により市民の意識の向上と自殺予防を目的とする。 ②こころと体の休養についての講座、ストレッチ取り入れた運動。 ③健康増進施設の活用した実技(運動)を取り入れた。
		自殺予防対策のためのこころの健康づくり推進事業(こころの健康づくり講演会)	①こころの健康づくりに関する適切な知識を普及し、こころの健康増進と自殺予防を目的とする。 ②こころの健康づくりについて専門医を講師に講演会を実施 ③専門医に講話していただく。
		自殺予防対策のためのこころの健康づくり推進事業(メンタルセルフチェックシステム)	①携帯電話やパソコンから気軽にメンタルセルフチェックが行えるシステムを利用し、こころの健康について身近に考えるきっかけをつくり、自殺予防を図ることを目的とする。 ②本人モード・家族モード・赤ちゃんママモード・ストレス対処タイプテスト・アルコールチェックモード・自死遺族モード・いじめモードの7項目を実施。毎月末に各タイプ別利用状況の報告を受ける。 ③セルフチェック後に相談できる機関リストの掲載。
羽村市	人材養成事業	市職員向け「ゲートキーパー養成・うつ病予防」研修	①主に窓口対応の職員等を対象としてうつ病や自殺に関する知識とその対応方法について研修を実施することで、職員の対応能力の向上を図るとともに、窓口相談でのSOSに気づける人材養成を行う。 ②職員課と健康課共催で、うつ病や自殺の前駆症状などについての理解と支援について研修を行う。 ③具体的な事例や演習を通してより実践的な内容のものとし、日々の窓口業務で活かせる内容のものとする。
	普及啓発事業	心の健康セミナー「うつ病・自殺予防のための講演会」	①市民を対象にうつ病や自殺予防についての啓発や理解を深める。 ②自殺予防に関連するうつ病の予防から回復期支援(リハビリテーション)に焦点を当てた内容の講演会を開催する。 ③身近な話題や具体的な事例を交え、わかりやすく自身の健康づくりと結び付けられるような内容のものとする。

## 平成26年度 東京都地域自殺対策緊急強化補助事業一覧表(区市町村)

区名	事業区分	事業名	①事業目的 ②事業内容 ③工夫点
西東京市	人材養成事業	職員向けゲートキーパー研修	①窓口対応の職員、関係機関の職員等を対象として、自殺に関する知識や窓口での対応能力の向上を図り、職員一人一人がゲートキーパーの認識を持つ。 ②自殺予防対策の専門医を講師に招き、自殺の特徴などについて、理解を深めるとともに、窓口での聞き方々なぎ方について学ぶ。 ③参加者の業務の繁閑に応じて参加できるように、年3回に分けて実施するとともに、各回の内容に即した職場を対象とした研修となるよう、内容や講師を工夫する。
	普及啓発事業	相談先、駅・薬局等への情報提供(リーフレット改訂)	①広く市民に自殺とその予防、相談先について理解を図る ②市民向けイベントなどの機会を通して配布、また、鉄道各駅・ドラッグストアや薬局に相談先パンフレットを置くことで、情報提供に努める。 ③会社員等、市のイベント・検診などで関わる機会の少ない対象にも、相談先や自殺予防のための情報を伝えていくため、駅・薬局などにもパンフレットを置く。
		駅頭キャンペーン	①広く市民に自殺とその予防、相談先について理解を図る ②市内私鉄2駅にて、自殺予防の啓発普及を実施する ③駅での配布の場合、一般の商店等の販促物品と混同される可能性があるため、ブルゾン着用するなど、市のキャンペーンであることのPRをする。受け取ってもらいやすいように、内容が分かりやすいパッケージにする。
	強化モデル事業	中学1年生・保護者への冊子配布	①思春期の中でも特に不安定となりやすい中学1年生に冊子を配布することで、自殺及びその前段階に陥ることを未然に防ぐ。 ②健康課で冊子を作成し、市内中学校より、中学1年生に配布。 ③前年度の多摩小平保健所の取組みを継続実施。
奥多摩町	人材養成事業	ゲートキーパー養成講座	①事業目的 ゲートキーパー養成 ②事業内容 外部に講師を依頼し、講演会形式で実施 ③工夫点 町内全域に、ゲートキーパーを知ってもらうためチラシを全戸配布。広く参加者を募り、小さい町ならではの、さりげない見守り体制につなげることを目指している。
	普及啓発事業	自殺予防講演会 ～あなたと大切な人のいのちを守る～	①事業目的 自殺と関係の深い心の健康についての理解を深める ②事業内容 外部から講師を招き、自殺と関係の深い精神疾患や心の健康についての講演をしていただく。 ③工夫点 チラシを全戸配布し、参加者を広く募集する。心の健康が自殺に大きく影響することを関連付け、心の健康の重要性を訴える。
		オリジナル自殺予防リーフレットの制作	①事業目的 自殺予防強化月間(9月・3月)に自殺予防についての普及啓発を行う。 ②事業内容 自殺予防のリーフレットを作成し、全戸配布する ③工夫点 リーフレットには、町民の心の健康の状況・町内における自殺の現状等、身近な内容を盛り込み、住民の自殺や心の健康についての関心を高めるよう工夫する。
		自殺予防のための こころの健康ミニ講座	①事業目的 自殺予防強化月間に合わせて自殺予防と心の健康について普及啓発を行う ②事業内容 地域の生活館等に出向き、自殺予防・心の健康などの講座を行う。 ③工夫点 地域に出向くことで、交通の便などで、講演会などに参加しにくい方にも普及啓発が行える
大島町	人材養成事業	ゲートキーパー養成研修事業	①事業目的: 窓口対応の職員や関係機関職員等を対象としてうつ病や自殺に関する知識を学び、周囲の人の心の不調に早めに気づく方法について研修を実施することで、職員の住民対応能力の向上を図り、SOSに気づける人材養成を行う。また、災害以降、支援者の疲労も増大しているため、支援者同士がこころの不調に早めに気づき対応できるようになることを目的とする。 ②事業内容: 都立精神保健福祉センター専門医等を講師に招き、うつ病、自殺の特徴、住民対応場面での傾聴方法などロールプレイを含めた内容とする。 ③工夫点: 役場職員や関係機関職員が参加しやすい時間帯に研修を実施。参加申し込み時に、質問事項を収集し研修内容に反映させる。
八丈町	人材養成事業	八丈島のゲートキーパー養成研修会&勉強会(仮)	① 島民の自殺予防知識の向上を第一としているわけだが、島民向け講習会を22～23年度にかけて身近なゲートキーパー講習会を行っており、その知識を得ている者が島内には200名以上の方が居る。更なる島民の自殺予防における意識高揚と「気づき」の視点を増やすことで当町の自殺者数を減らしていきたい。またその中から、意識の高い方へは「勉強会」への参加を促し、更なる知識を深めてもらい、島内ゲートキーパーとしてのスキルアップも図っていききたい。 ②・③保健所や保健財団に講師のご紹介等ご相談させていただき、以前受講された方へも参加が促せる様、以前の講習会とは異なった内容の講習会を開催したい。勉強会においては相談支援を経験されている方等をスーパーバイザーとして招き、受講者の「つなぐ」のスキルを育む勉強会としたい
小笠原村	強化モデル事業	自殺予防対策事業	①事業目的 精神疾患患者を村のかかりつけ医から精神科医療機関へスムーズにつなぐ医療連携体制構築のための事業。また精神神経科専門診療実施の安定化を図る。 ②事業内容 (1)診療、検査、処置及び他の治療 (2)精神科事業への講師及び各種指導、 (3)講演会の開催、医療職への指導 ③工夫点 事業を円滑に実施できるための日程・プログラムの検討。