

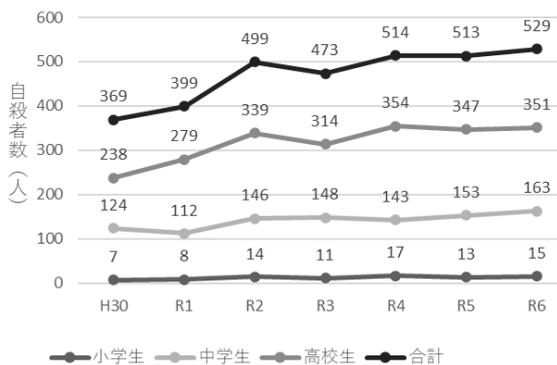
若者の自殺対策を推進するための地域ネットワークの構築	
北多摩西部保健医療圏	
実施年度	開始 令和6年度、 終了(予定) 令和7年度
背景	<ul style="list-style-type: none"> ・全国の小中高生の自殺者数は、近年増加傾向が続き、警察庁自殺統計によれば、令和6年は529人となり過去最多を更新している。自殺者のうち、20歳未満の割合について、令和5年は、全国で3.7%、東京都で4.6%であるのに対し、当圏域では5.1%となっており、自殺者における若者の割合が高い状況にある。 ・当所においては、圏域内の救命救急センターの精神科医師や、定時制・通信制高校等からの生きづらさを抱えた若者についての相談が寄せられるようになっており、その中には複雑困難化した事例も多い。かねてより、当所では、圏域内における自殺対応関連施策の充実、強化を目指し、圏域6市の自殺対策担当者連絡会を開催して各市での取組の情報交換や情報共有を実施してきており、また、圏域6市を含む、地域の医療・教育・行政・福祉の関係機関でもそれぞれの取組が実施されてきたが、生きづらさを抱えた若者に対応し、若者の自殺対策を推進していくためにも、地域の関係機関がネットワークを構築し、連携して支援を行っていくことが必要であるとの課題認識に至ったことから、本事業を実施することとした。
目標	<p>(全体目標)</p> <p>自殺対策に関わる地域関係者の連携の強化と相談ネットワークを構築し、生きづらさを抱えた若者に対しての包括支援を推進する。</p> <p>(令和6年度目標)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 若者の自殺を取り巻く現状と地域課題を明確化する。 2 圏域内における関係機関等の連携・協力のあり方を明確化する。 3 若者が前向きに生きることを選択できるような支援方法を構築する。
事業内容	<p>(令和6年度実施内容)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 地域関係者へのヒアリング【目標1】 <ul style="list-style-type: none"> ・若者の自殺を取り巻く現状と地域課題の抽出のため、若者の支援機関にヒアリングを実施(医療2・教育3・児相1・社協6・NPO1、計13機関)。 <ol style="list-style-type: none"> 2 若者の自殺対策推進ネットワーク会議の設置・開催【目標1・2】 <ul style="list-style-type: none"> ・圏域6市、医療機関、定時制・通信制高校教員、児童相談所、社会福祉協議会、NPO団体を構成員とする「若者の自殺対策推進ネットワーク会議」を設置・開催。 <ol style="list-style-type: none"> 3 地域関係者向けの自殺対策講演会の実施【目標2】 <ul style="list-style-type: none"> ・定時制・通信制高校教員等支援関係者を対象とした講演会を実施。 <ol style="list-style-type: none"> 4 若者に有効な情報発信について検討【目標3】 <ul style="list-style-type: none"> ・NPO法人に協力を依頼し、定時制・通信制高校の高校生に、若者に有効な情報発信についてインタビューを実施。 ・子ども・若者の言語化をサポートするガイドブックの案を作成し、都立砂川高校1年生を対象としたアンケート調査を実施。
評価	<ul style="list-style-type: none"> ・地域関係者へのヒアリングにより、若者の現状・課題として「言語化が苦手な孤立しやすいこと」、支援者の現状・課題として「支援先がわからず一機関で抱えてしまうこと」を抽出した。 ・新たに設置したネットワーク会議での事例検討や意見交換等を通し、関係機関同士の現状・課題や各機関の役割、連携のあり方について共有し、理解を深めた。 ・講演会では、参加者から「若者の背景・特性と対応方法の理解ができた」「各機関の役割の理解ができた」「関係者の連携強化の参考になった」という好意的な評価が得られ、参加者の若者の背景・特性と対応方法の理解及び、連携に対する意識の向上に寄与することができたと考えられる。 ・高校生へのインタビューやアンケートを実施することで、子ども・若者の言語化をサポートするガイドブックの案作成に生かすことができた。 ・令和6年度事業により、ネットワークでの支援には、医療・教育・行政が連携し、互いに一歩踏み込んだ対応をとることが必要である一方、関係機関は、相互理解の不足や連携に対する意識の相違等により、連携の難しさを感じていることがわかった。引き続き、会議や講演会を通して、関係機関の相互理解を深め、連携に対する意識の共有を図るとともに、支援者が一歩踏み込んだ対応をとるための方策について検討を進め、地域ネットワークの強化を図る必要がある。
問合せ先	<p>多摩立川保健所市町村連携課企画調整担当・市町村連携担当</p> <p>電話 042-524-5171 (内1142) FAX 042-528-2777</p> <p>E-mail S1153305@section.metro.tokyo.jp</p>

1 事業背景

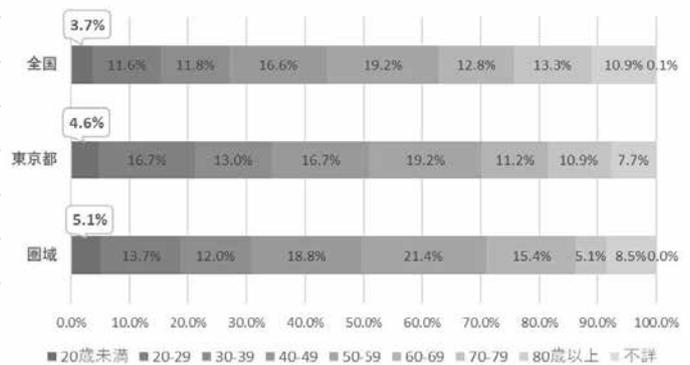
(1) 北多摩西部保健医療圏の若者の自殺の現状について

全国の小中高生の自殺者数は、近年増加傾向が続き、警察庁自殺統計によれば、令和6年は529人となり過去最多を更新している(図1)。中でも、高校生の自殺者数が最も多いが、全日制に比べ、定時制・通信制の自殺死亡率が高く、自殺の動機・原因として、健康問題、特に精神疾患に関する悩みや影響が大きいという傾向がある※。また、自殺者のうち、20歳未満の割合について、令和5年は、全国で3.7%、東京都で4.6%であるのに対し、当圏域では5.1%となっており、自殺者における若者の割合が高い状況にある(図2)。

(図1) 全国の小中高生の自殺者数の年次推移



(図2) 20歳未満の自殺者の年齢構成(令和5年)



厚生労働省自殺対策推進室「自殺の統計：各年の状況」より多摩立川保健所作成

https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/hukushi_kaigo/seikatsuhogo/jisatsu/jisatsu_year.html

厚生労働省自殺対策推進室「自殺の統計：地域における自殺の基礎資料(令和5年)・令和5年自殺日集計」より多摩立川保健所作成

https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/hukushi_kaigo/seikatsuhogo/jisatsu/jisatsu_kiso_r5.html

※出典：令和5年3月30日厚生労働省自殺総合対策の推進に関する有識者会議資料1-2「令和4年の「児童生徒の自殺」

https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage_31755.html

(2) 北多摩西部保健医療圏の特徴

当圏域には、交通の便のいい立川市を中心に、定時制・通信制高校が多く設置されている(図3)。一方で、精神科の病床数、外来及び診療所数は、他圏域と比較して少ない状況である(図4)。

(図3)

圏域内の定時制・通信制高校(令和6年5月1日時点)

●都立高校(定時制・通信制)

立川市 2校

砂川高等学校(定時制(単位制・昼夜間)、通信制)
立川高等学校(全日制(学年制)、定時制(学年制・夜間))

国立市 1校

第五商業高等学校(全日制(学年制)、定時制(学年制・夜間))

出典：東京都教育庁「都立高校等検索サイト」

https://www.kyoiku.metro.tokyo.lg.jp/static/high_school/index.html

●私立高校(通信制(本校・協力施設))

立川市 2校

昭島市 3校

国分寺市 4校

国立市 7校(うち1校は本校)

東大和市 1校

出典：NPO法人全国通信制高等学校評価機構「全国私立通信制高等学校プラットフォーム」
<https://pf.tsushin-hyoko.jp/>

(図4)

二次保健医療圏域別精神病床数(多摩地域)

	西多摩	南多摩	北多摩南部	北多摩西部	北多摩北部
病院数	10	27	13	1	10
病床数	2,276	6,686	3,372	38	2,073
人口万単 病床数	60.7	46.3	31.7	0.6	27.6

二次保健医療圏域別病院精神科外来及び診療所数(多摩地域)

	西多摩	南多摩	北多摩南部	北多摩西部	北多摩北部
病院外来数	12	32	14	3	14
診療所数	11	65	87	25	29
人口万単 外来個所数	0.6	0.7	0.9	0.4	0.6

他の圏域と比較しても、精神科の病床数、外来及び診療所数が少ない状況

出典：東京都立多摩総合精神保健福祉センター「令和5年度版 東京都の精神保健福祉の動向 多摩地域編」

(3) 多摩立川保健所における取組の状況

多摩立川保健所においては、近年、圏域内の救命救急センターの精神科医師や、定時制・通信制高校等からの生きづらさを抱えた若者についての相談が寄せられるようになっており、その中には複雑困難化した事例も多い。

かねてより、当所では、圏域内における自殺対応関連施策の充実、強化を目指し、圏域6市の自殺対策担当者連絡会を開催して各市での取組の情報交換や情報共有を実施してきており、また、圏域6市を含む、地域の医療・教育・行政・福祉の関係機関でもそれぞれの取組が実施されてきたが、生きづらさを抱えた若者に対応し、若者の自殺対策を推進していくためにも、地域の関係機関がネットワークを構築し、連携して支援を行っていくことが必要であるとの課題認識に至ったことから、本事業を実施することとした。

2 事業目標

以上の背景から、圏域内の生きづらさを抱えた若者が安心して自分らしく暮らすために、地域ネットワークで支援していくことを目指し、以下の目標を設定した。

(全体目標)

自殺対策に関わる地域関係者の連携の強化と相談ネットワークを構築し、生きづらさを抱えた若者に対しての包括支援を推進する。

(令和6年度目標)

- 1 若者の自殺を取り巻く現状と地域課題を明確化する。
- 2 圏域内における関係機関等の連携・協力のあり方を明確化する。
- 3 若者が前向きに生きることを選択できるような支援方法を構築する。

3 令和6年度事業実績

(1) 地域関係者へのヒアリング【目標1】

地域の現状把握と課題抽出のため、立川市を中心とした若者の支援機関等にヒアリングを実施した。圏域内に定時制・通信制高校が多い状況から、事業のターゲットを定時制・通信制高校の生徒に設定し、13機関（医療機関2、定時制高校1、通信制高校2、児童相談所1、社会福祉協議会6、NPO法人1）をヒアリング対象機関として選定した。

ヒアリングからは、以下（図4）のとおり課題を抽出するとともに、対応策の検討を行った。

(図4) 課題と対応策（事務局案）

課題		対応策	
<p>1 生徒が孤立しやすい</p> <p>1) 面と向かって話すこと、言語化することが苦手</p> <p>2) 悩み・気持ちの吐露や情報収集はSNS、SNSの影響大</p> <p>3) 相談すること自体が危険、安心・安全が担保されない</p>	▶	<p>✓ 生徒が安心して相談できるように、身近にいる支援者の対応力向上</p> <p>1) 講演会</p> <p>2) 事例検討 等</p> <p>✓ 生徒自身の気持ちや悩みの言語化をサポート</p> <p>○ 支援につながりやすくするツール作り</p>	
<p>2 支援先がわからず一機関で抱える</p> <p>1) 関係機関が互いの状況や取組みを知らない。</p> <p>2) 個人情報の壁</p>	▶	<p>✓ 関係機関が相互理解を深め、今ある資源を最大限に活用し、連携を強化する</p> <p>1) ネットワーク会議での情報共有・顔の見える関係性作り</p> <p>2) 長期戦で支援できるチーム作り</p> <p>3) 生徒を適切な支援機関とつなげるためのツール作り</p>	
<p>方向性</p>	<p>圏域内の定時制・通信制高校に通う生きづらさを抱えた若者がいきいきと暮らすために、地域ネットワークで支援していく</p>		

令和6年度第1回若者の自殺対策推進ネットワーク会議
「資料3 若者の自殺対策推進ネットワークについて」抜粋

(2) 若者の自殺対策推進ネットワーク会議の設置・開催【目標1・2】

ヒアリングを踏まえ、地域課題の共有や効果的なネットワークのあり方等について検討することを目的として、新たに、圏域6市自殺対策担当者・相談担当保健師、医療機関、定時制・通信制高校教員、児童相談所、社会福祉協議会、NPO 団体を構成員とする「若者の自殺対策推進ネットワーク会議」（以下「ネットワーク会議」という。）を設置した。

令和6年度はネットワーク会議を3回開催し、各機関における若者支援の取組や、相談があったときの対応方法等を共有し、関係機関同士の役割の理解を深めるとともに、各機関で感じている課題やよりよい連携のあり方等について、意見交換を行った（表1）。この意見交換を通して、「支援者が一歩踏み込んだ対応をとるためにはどうしたらいいか」「生徒に相談してもらうためにはどうしたらいいか」という二つの課題を抽出し、令和7年度に検討を進めていく。

（表1）ネットワーク会議の開催概要

開催日程	開催方式・会場	内容
第1回 令和6年10月4日	集合形式 ・多摩立川 保健所講堂	<議事> 1 本会議の位置づけについて 2 若者の自殺対策推進ネットワークについて 3 意見交換 テーマ：定時制・通信制高校に通う生きづらさを抱えた高校生 の支援と連携について
第2回 令和6年12月23日	集合形式 ・多摩立川 保健所講堂	<議事> (1) 第1回会議から見えたテーマと対応策の検討について (2) 意見交換 テーマ：関係機関同士の役割の理解 (3) こども・若者が安心して気持ちを出せるコミュニケーションツール（予防のための普及啓発媒体）について <報告事項> (1) 都の自殺対策の取組について（若年層の自殺防止） ※保健政策部健康推進課からの事業紹介 (2) 今後の事業実施予定について
第3回 令和7年3月	書面開催	<議事> (1) 若者の自殺対策推進ネットワーク会議及び圏域6市 自殺総合対策担当者連絡会の実施状況について (2) 来年度の事業実施予定について <報告事項> (1) 自殺対策講演会実施状況について (2) 子ども・若者の言語化をサポートするガイドブック について

(3) 地域関係者向けの自殺対策講演会の実施【目標2】

高校生の支援に携わる圏域内の定時制・通信制高校の関係者（教員・その他支援関係者）を対象とした講演会を実施した。圏域内定時制・通信制高校（協力施設含む）24施設、ネットワーク会議関係機関（6市（健康主管課、子育て支援主管課、障害福祉主管課及び生活福祉主管課）、社会福祉協議会、NPO、児童相談所、保健所）等に周知し、当日は29名の参加があった（表2）。

アンケート回答では「若者の背景・特性と対応方法の理解」について「よくできた」「できた」を合わせて100%、「各機関の役割の理解と関係者の連携強化」についても「とても参考になった」

「参考になった」を合わせて 100%であった。また、他機関の視点や活動を知ることが出来た、他機関に積極的にアプローチしていきたい等の回答もあり、参加者の若者の背景・特性と対応方法の理解及び、連携に対する意識の向上に寄与することができたと考えられる。

(表 2) 自殺対策講演会の概要

テーマ	生きづらさを抱えた若者を“ひとり”にしない！ ～みんなが自分の未来を描けるような伴走型支援と地域ネットワークの強化に向けて～
日時	令和 7 年 2 月 1 4 日（金）午後 2 時から午後 5 時まで ※講義のみアーカイブ配信（都保健所 YouTube チャンネルで限定公開） 令和 7 年 3 月 2 6 日（水）から同年 4 月 1 1 日（金）まで
場所	多摩立川保健所 2 階講堂
目標	1 関係者が、生きづらさを抱えた若者の背景や特性を理解できる 2 関係者が、生きづらさを抱えた若者への対応方法を深めることができる 3 関係者が、関係機関の役割を理解し、連携強化へ繋げることができる
内容	1 部 講義 講師：安藤 久美子 氏 東京科学大学（旧東京医科歯科大学）准教授・精神科医 テーマ：臨床現場における子ども・若者の自殺の現状と支援について 2 部 グループワーク テーマ：事例から地域の支援機関でできることを考える



講師 安藤久美子先生



2 部 グループワークの様子

(4) 若者に有効な情報発信についての検討【目標 3】

ア 若者へのインタビューの実施

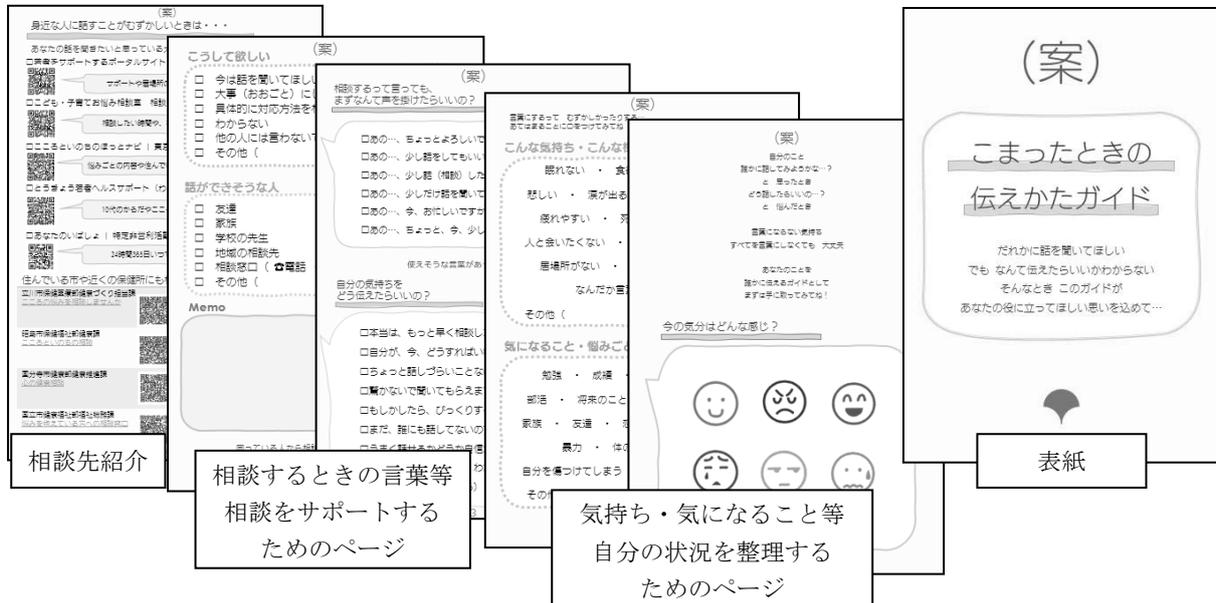
若者に有効な情報発信についての検討にあたり、ネットワーク会議委員である認定 NPO 法人育て上げネットに協力を依頼し、定時制・通信制高校の高校生に、若者に有効な情報発信についてのインタビューを実施した。

インタビューでは、相談窓口やリーフレットについて「相談した後にならぬのか仕組みが知りたい」「おおごとにしたくない」「リーフレットはふらっと一人でいったところにあるといい」「頼ってもいいというメッセージが伝わるものもいい」「相談の時の“言うことテンプレート”はほしい人があると思う」等様々な意見が聞かれた一方で、「パンフレットがあっても死にたい気持ちはなくなり、これだけでは足りない。根本的な問題はもっと違うところにあり、別のアプローチも考えてほしい」という意見もあった。

イ 子ども・若者の言語化をサポートするガイドブック案の作成及びアンケートの実施

アで実施したインタビューの内容を踏まえ、子ども・若者の言語化をサポートし、相談・支援につながるためのガイドブック「こまったときの伝えかたガイド（仮称）」を作成した。

（図 5）



また、東京都立砂川高等学校（定時制）より、1年生（約150名）を対象とした「精神疾患の理解と適切な対応」の授業の中で、多摩立川保健所からも「相談」について話をしてほしいとの依頼を受けたことから、「こまったときの伝えかたガイド（仮称）」の紹介と、アンケート調査を実施した。その結果、アンケート回答のあった112名のうち99名の生徒から、このガイドブックを「手に取ってみようと思う」との回答が得られた。また、「内容が見やすい」「文章・言葉がとても優しく」「自己分析がしやすい」「相談するきっかけになる」「自分の気持ちを伝える時にかける言葉などが書いてあるので、使える時に使いたい」等の好意的な意見が寄せられた。

4 今後の取組

令和6年度は、若者や支援者の現状・課題を洗い出すとともに、ネットワーク会議参加機関を中心に、関係機関同士の役割の理解を深め、連携に対する意識を共有することができた。

令和7年度は、令和6年度に引き続きネットワーク会議を開催し、会議から見えてきた「支援者が一歩踏み込んだ対応をとるためにはどうしたらいいか」「生徒に相談してもらうためにはどうしたらいいか」という二つの課題に対応していくため、関係機関同士の役割の理解を深めながら、各機関での一歩踏み込んだ対応（連携のポイントの抽出・整理等）について検討を行う。

また、圏域内での支援力及び連携に対する意識の向上を図るため、地域関係者向けの講演会を継続実施する。

子ども・若者の言語化をサポートするガイドブックについては、ネットワーク会議や高校生からの意見を取り入れながら検討を進め、令和7年度中に作成し、配布する。

これらの取組を通して、引き続き若者の自殺対策を推進するための地域ネットワークの強化を図っていく。