

第33回（令和8年度第1回） セーフコミュニティ 自殺予防対策委員会

《会 議 次 第》

日時：令和8年6月29日(月) 14:00～

場所：久留米市役所本庁舎13階1301会議室

1. 開会

2. 協議事項

(1) 2025(令和7)年度取組実績及び2026(令和8)年度取組方針（案）について

(2) 広報啓発活動について

3. その他

(1) 令和8年度セーフコミュニティ会議等スケジュール（案）

令和8年5月12日	外傷等動向調査委員会
令和8年5月～6月	各対策委員会（1回目）
令和8年7月17日	セーフコミュニティ推進調整会議
令和8年7月24日	セーフコミュニティ推進本部会議
令和8年8月25日	セーフコミュニティ推進協議会
令和8年10月末頃	セーフコミュニティ標語審査会（正副委員長）
時期未定	各対策委員会（2回目）

(2) セーフコミュニティ標語の募集について

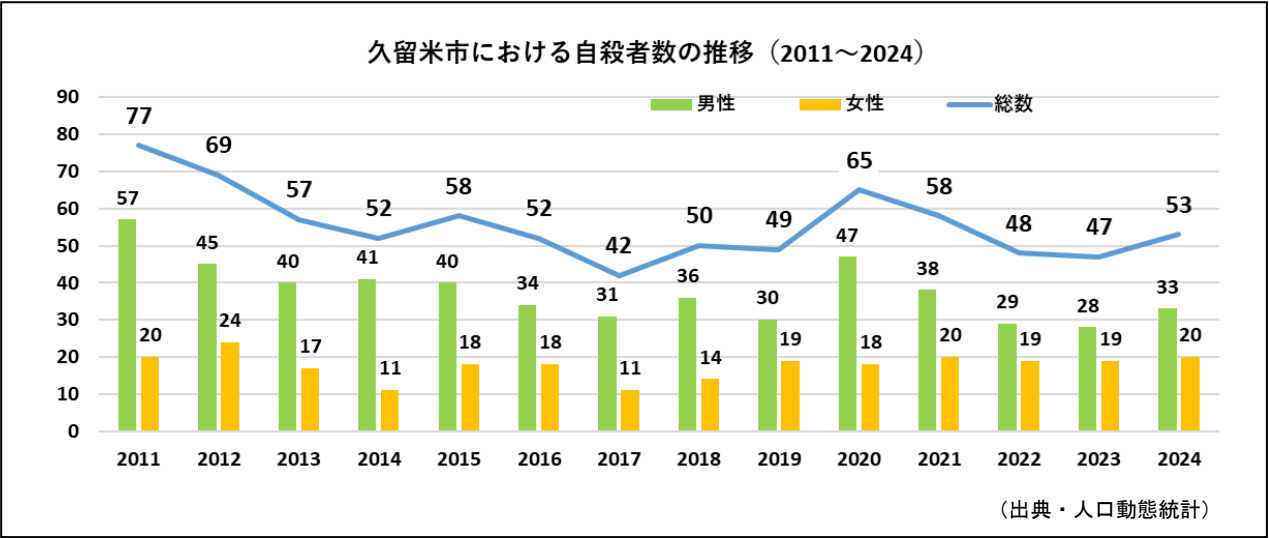
4. 閉会

2025年度取組実績

自殺予防対策委員会

重点取組項目	No	具体的施策名
自殺・うつ病の予防	7-①	自殺予防に関する普及啓発活動の実施
	7-②	かかりつけ医と精神科医の連携強化
	7-③	子ども・若者の自殺対策の推進
	7-④	民間団体と協働した相談の実施

ア. 主な成果〈数値で表せるもの〉



イ. 主な成果〈数値で表せないもの〉

ゲートキーパー・自殺予防の啓発活動の広がり 7-①

- ・地域や職域、関係団体に対し、ゲートキーパーの研修やこころの健康等に関する啓発活動を実施。
- ・地元ラジオ局（ドリームス FM）を活用し、自殺対策に係る活動団体と協働した普及啓発を実施。

ウ. 2025 年度で最もアピールできる事例（成果があった、工夫したなど）

「聴くこと」の大切さをテーマとした講演会 7-①、③

- ・2025 年度は「心に傘を～悩んでいる人の話を聴くということ～」というテーマで、市民向けこころの健康づくり講演会を実施し、113 名の参加があった。
「傾聴への心構えが変わるような気がした」、「聴く姿勢について具体的に示してもらえてよかった」といった前向きな感想が多く、「聴くこと」の大切さについて理解を促すことができた。



エ. 2025 年度に新規・拡充・変更した内容

アプリを活用した子ども・若者への啓発 7-③

- ・学校教育課と連携し、これまでのチラシやカードなどの紙媒体での啓発に加え、保護者向けにはアプリを活用した啓発物の配信、児童・生徒向けには市内の中学生個人に支給されるクロムブックを利用した相談窓口の周知を行った。

オ. 2025 年度に関係機関や団体、市民の主体性や協働性を推進するために実施した取組

(関係機関との連携強化や市民啓発等を含む)

地域の活動団体との交流会（ワークショップ） 7-①

- ・地域や市民活動団体との協働・連携による地域ネットワークの強化、自殺対策を支える人材の育成を目的に、ワークショップを実施。
自殺の現状を知り、社会や地域コミュニティでネットワークやつながりを増やしていくために必要なことについて、様々な視点から意見を出し合い共有を図った。



カ. 分野横断的に行っていること

関係機関等と連携した活動 7-②、④

- ・医師会と連携し、適切に医療につながる取組み
- ・司法書士会やハローワークと連携した相談会の実施
- ・生活自立支援センター相談窓口での、様々な関係機関と連携した対応
- ・関係機関と連携した啓発活動、ゲートキーパー研修等の実施
- ・SOS の出し方教育やこころの相談カフェの民間団体への委託

キ. 取組を進める上での課題

自殺に関する正しい認識の醸成とゲートキーパーの養成

- ・自殺予防には、市民を孤独・孤立させないことが重要であり、人と人とのつながりを実感できる地域づくりが必要である。「自殺はその多くが防ぐことのできる社会的な問題である」という認識のもと、悩んでいる人の SOS サインに気づき、声をかけ、話を聴き、必要な支援につなげて見守る「ゲートキーパー」の養成に力を入れていく必要がある。

重点的な取組が必要な対象者への取組の充実

- ・市の自殺の状況から、自殺リスクの高い「子ども・若者」「働く世代」「高齢者」「生活困窮者」「女性」「自殺未遂者」のそれぞれの世代や特性、背景に応じた取組を進めていく必要がある。

ク. 見直しや改善を検討したい事項

- ・相談窓口の周知に関する、効果的な広報手段。
- ・早期に相談や支援につながる体制や地域づくり。
かかりつけ医と精神科医の連携により、必要な医療や福祉につながるシステムは確立されている。今後は、あわせて市民活動団体や企業などと連携した自殺予防につながる取組が必要。

2026 年度取組方針

自殺予防対策委員会

具体的施策		2026 年度取組方針
7-①	自殺予防に関する普及啓発活動の実施	<u>ゲートキーパーや自殺予防の知識の普及</u> - 市民をはじめ、地域（校区社協等）、職域、関係機関等を対象に、ゲートキーパー研修を経年的に取り組んでいく。 <u>各団体と連携した普及啓発</u> - 自殺予防週間や自殺対策強化月間などの機会を捉えて、各団体や委員と連携し普及啓発活動に取り組む。 - 保健所健康推進課の出張健康講座メニューに「こころの健康」を加え、職域団体への周知を図る。 - 地域の活動団体等との交流会（ワークショップ）を継続する。
7-②	かかりつけ医と精神科医の連携強化	<u>かかりつけ医・精神科医の連携強化</u> - かかりつけ医から精神科医へ紹介された患者の実態把握及び研修会等を継続して行う。 - 研修会では、かかりつけ医等の関心の高いテーマや喫緊で取り組んでいくべき課題を検討し、かかりつけ医等と精神科医の連携強化を図る。
7-③	子ども・若者の自殺対策の推進	<u>SOS の出し方教育</u> - SOS の出し方教育を実施し、SOS が出せるよう支援すること及び、教職員など周囲が SOS を受け止めることができるよう啓発を行う。 <u>子ども・保護者へ向けた啓発活動</u> - 学校教育課と連携し、アプリを活用した児童・生徒及び保護者向けの啓発を行う。 - 市内大学 3 か所にて、学生ポータル等を利用した普及啓発を継続する。 <u>若年層への自殺対策</u> - 市立高校以外の中学校卒業以降の学生を対象に、経年的に SOS の出し方に関する研修を実施する。
7-④	民間団体と協働した相談の実施	<u>生活・法律・こころの相談会</u> - 保健所等において、雇用、労働条件、借金問題など法的な悩みやそれらに起因する心の健康問題について相談会を継続して実施する。 <u>こころの相談カフェ</u> - 臨床心理士等の専門のカウンセラーに気軽に相談できる場として、市民にとって身近な場所に相談窓口を継続して開設する。 <u>生活自立支援センター</u> - 経済的な問題や社会的孤立を解消するため、生活に困りごとを抱えている相談者をセンターに紹介し、伴走して支援を行い、必要な制度や困りごとの軽減につなげていく。

(7) 自殺予防対策委員会

【自殺・うつ病の予防】7ー① 自殺予防に関する普及啓発活動の実施								
課題	客観的課題	・幅広い世代で、死亡原因（病死を除く）の1位は「自殺」である ・自殺者の6割が男性で、年代別では50代が最も多く、次いで40代となっている。 女性の自殺者は横ばいの状況が継続している						
	主観的課題	・市民の多くが相談することにより、誰もがSOSを出せる環境の整備が必要						
目標		市民一人ひとりの気づきと見守りを促す						
実施者・協働者		市、自殺対策連絡協議会やセーフコミュニティ自殺予防対策委員会の委員						
対象者		市民、民生委員等の地域組織、市民活動団体、企業等						
実施内容		身近な人の変化に気づき、適切な対応をとることができる「ゲートキーパー」の啓発を行い、人材の育成を図るとともに、相談窓口等の周知を行う。 関係機関が自殺対策連絡協議会等を通じて、自殺の現状と各団体での自殺対策取り組みを共有し、啓発活動に取り組む。						
対策委員会の関わり		普及啓発活動への協力のほか、積極的な意見や提案により、他団体の意識向上につながっている。						
2025 年度の実績 (活動実績)		【ゲートキーパーの啓発実績】 啓発回数 112 回 啓発人数 6,051 人						
		・一般市民 1回 113人 ・市職員 1回 80人 ・生徒 19回 3,212人 ・教職員 20回 666人 ・その他出前講座等 24回 1421人 ・民生委員 47回 559人 【関係機関等への啓発物の配布実績】 ・自殺予防対策委員会・自殺対策連絡協議会を含む関係機関 465 カ所 28,202 枚（自殺予防週間や自殺対策強化月間における啓発物や相談事業等の啓発物）						
(過去1年間の改善点)		・年度初めに開催される社会福祉協議会の各ブロック会議にて、啓発と研修の案内を行った。依頼のあった校区に対し、ゲートキーパー研修を行った。 ・地域の活動団体との交流会（ワークショップ）を行った。						
(JISCヒアリング内容について協議・反映した点)		・特記なし						
定量的評価		内容	単位	2021	2022	2023	2024	2025
活動指標		①ゲートキーパー啓発回数、人数	回	48	55	97	106	112
			人	3,719	4,945	5,678	5,504	6,051
		②啓発協力団体数（配布箇所）	団体	551	603	689	591	465
			部数	36,846	35,114	38,191	43,865	28,202
短期評価 (意識・知識など)		参加者の意識変化 [参加者アンケート] 「ゲートキーパーについて理解できた」と回答した人の割合	%	88.6	98.6	92.3	99.1	97.7
中期評価 (態度・行動など)		市民からのうつ・自殺に関する相談件数 [精神保健相談]	相談者	74	74	85	72	106
			関係機関	23	17	19	21	53
長期評価		①自殺者数[人口動態統計]	人	58	48	47	53	—

(外傷発生数など)	②自損行為による救急出動数と死亡数 [救急搬送データ]	出動数	117	126	109	106	118
		死亡数	38	30	25	36	35
定性的評価	ゲートキーパー研修における地域との連携やワークショップの開催により、市民・地域活動団体・企業などと協働した自殺対策の取り組みが進展している。						
評価結果の活用	*アセスメント（外傷等動向調査委員会等による助言やJISCによるヒアリング、定量的・定性的評価などの振り返り）結果をどのように活用するかを記載 ゲートキーパーとしての役割が期待される職業、専門家等をはじめ、市民に対して広くゲートキーパー研修を行っていきたい。						

【自殺・うつ病の予防】 7ー② かかりつけ医と精神科医の連携強化								
課題	客観的課題	・自殺者の6割が男性で、年代別では50代、次いで40代が多く、女性の自殺者は横ばいの状況が継続している ・自殺既遂者は、精神科既往歴の割合が低い						
	主観的課題	・うつ病の早期治療や未遂者支援などによる医療の連携が必要						
目標		適切な医療を受けられる体制づくり						
実施者・協働者		医師会、市						
対象者		内科等のかかりつけ医、精神科医、産業医など						
実施内容		内科等のかかりつけ医と精神科医が連携を強化することにより、うつ病等の早期発見、早期治療のみならず医療連携体制の整備及び地域支援ネットワークの構築を図る。						
対策委員会の関わり		かかりつけ医・精神科医連携研修検討会には自殺予防対策委員会の委員も入っており、積極的な意見や提案がなされている。						
2025年度の実績 (活動実績)		【かかりつけ医・産業医と精神科医連携研修】 開催回数：1回（筑後地区一円の8医師会共催） 内容 ・報告 久留米市における自殺の状況 久留米市保健所 保健予防課 ・症例検討「アルコール問題を抱える患者のかかりつけ医精神科医の連携症例」 ・講演「ストレスチェック：かかりつけ医による高ストレス者面接」 ・参加者：79名 ＜参加者アンケート＞ 「研修前と比べて理解が深まったか」との項目に対して、全ての参加者が「とても」「まあまあ」と回答。研修会の理解度は高かった。 【かかりつけ医・精神科医連携報告件数】 ・令和6年度：1,518件 ・平成22年度～令和7年3月末累計：17,122件 【医師会と弁護士会との連携】 ・かかりつけ医・精神科医連携報告の仕組みと連携した弁護士による無料相談を実施。令和7年度相談件数：34件						
(過去1年間の改善点)		・久留米市は40～50歳代の働く世代の自殺者が多い傾向にある。今回の研修では、働く世代の生活習慣に焦点を当て、「睡眠」や「ストレス」、「働く人のアルコール依存症」に関するテーマを取り上げた。						
(JISCヒアリング内容について協議・反映した点)		・特記なし						
定量的評価		内容	単位	2021	2022	2023	2024	2025
活動指標	かかりつけ医うつ病アプローチ研修の開催回数、受講者数	回		2	1	1	1	1
		人		1,107	134	97	121	79
短期評価 (意識・知識など)	参加者の意識変化 [参加者アンケート] 「本日の研修会におけるテーマについて、研修前と比べて理解が深まりましたか。」	(%)		100	95	99	100	100
中期評価 (態度・行動など)	①うつ病を疑い精神科医に紹介した件数	件		1,242	1,028	1,205	1,518	1,487
	②うつ病と診断された人の人数と割合	人		362	261	307	425	251
		%		29.1	25.3	25.4	28.0	16.9



長期評価 (外傷発生数など)	①自殺者数[人口動態統計]	人	58	48	47	53	—
	②自損行為による救急出動 数と死亡数[救急搬送データ]	出動数	117	126	109	106	118
		死亡数	38	30	25	36	35
定性的評価	内科等のかかりつけ医と精神科医との連携により、地域支援ネットワークの強化を図ることができ、必要とする方が、より早期に医療につながる事ができた。						
評価結果の活用	*アセスメント（外傷等動向調査委員会等による助言やJISCによるヒアリング、定量的・定性的評価などの振り返り）結果をどのように活用するかを記載 研修会では、かかりつけ医等の関心の高いテーマや喫緊で取り組んでいくべき課題を検討し、かかりつけ医等と精神科医の連携強化を今後も継続して図りたい。また、かかりつけ医・精神科医連携報告については、紹介件数等を集積し、分析・状況把握に努めたい。						

自殺・うつ病の予防】7-③ 子ども・若者の自殺対策の推進								
課題	客観的課題	・39 歳以下の若年層で「自殺」が死亡原因(病死を除く)の 1 位が多い ・19 歳以下の自殺に至る要因は、「不詳」が最も多い。						
	主観的課題	・子ども・若者の特性に応じた自殺対策を推進していく必要がある						
目標		39 歳以下の若年層の自殺を防ぐ						
実施者・協働者		市、民間団体、教育関係機関						
対象者		39 歳以下の一般市民						
実施内容		・SOSの出し方教育 児童・生徒が自己肯定感を高め、将来起きるかもしれない危機的状況に備えて、SOSが出せるよう支援すること及び周囲がSOSを受け止めることができるよう啓発を行う。 ・子ども・若者への啓発 困った時の対応方法や相談先、ストレスへの対応やセルフケアについて周知・啓発を行う。						
対策委員会の関わり		啓発物の設置など広報周知						
2025 年度の実績 (活動実績)		【SOSの出し方教育】 ・生徒向け実施校：19 校 受講生徒：3, 212 人 ・教職員向け実施校：20 校 受講教職員：630 人 授業の理解度は 90%以上が理解できたと回答した。 教職員向け研修では、99.8%が「参考になった」「まあまあ参考になった」と回答した。 【子ども・若者への啓発】 ・学校教育課と連携し、児童・生徒に対して、啓発カード 5, 965 枚の配布、市内の中学生個人に支給されるクロムブックを利用した相談窓口の周知を行った。あわせて保護者に対して、チラシ 9, 490 枚の配布、アプリを活用した啓発物の配信を行った。 ・大学等と連携した普及・啓発として、市内の大学 3 か所の学生ポータルにて相談先・こころのケアの周知・啓発。市立図書館にて相談先のチラシを配架するとともに  ストレスケアに関するパネルを展示。 【若者向けSOSの出し方研修会】 ・市内私立高等学校で研修会を実施。 1 年生（400 名）が受講。困った時に相談行動をとることの重要性や、周りに心配な友人がいた際の対応方法について研修した。						
(過去 1 年間の改善点)		・LINE やインスタグラム等の SNS や ICT を活用した相談窓口の啓発を実施した。						
(JISC ヒアリング内容について協議・反映した点)		・特記なし						
定量的評価		内容	単位	2021	2022	2023	2024	2025
活動指標	①SOS の出し方教育実施校 (生徒向け／教職員向け) 参加者数(合計)	校		19／19	19/20	19/20	19/20	19/20
		人		2, 201	3, 321	3, 700	3, 806	3, 842
	②子ども・若者関連啓発物 配布数	部		23, 256	15, 556	13, 606	15, 172	15, 455
短期評価 (意識・知識など)	参加者の意識変化[参加者アンケート] 「授業・研修について理解できた」と回答した人の割合	%		90. 0	91. 0	91. 0	90. 7	90. 0
中期評価 (態度・行動など)	①39 歳以下に関する精神保健相談	件		320	718	721	461	516
	②小中高生に関する相談 (子ども子育てサポートセンター)	件		214	177	221	221	216
	結らいん（小中高生から） の相談	件		14	22	60	50	12

長期評価 (外傷発生数など)	①20 歳未満の自殺死亡率※		5.3	1.8	7.1	3.6	3.7
	②20～30 歳代の自殺死亡率※		18.95	19.4	20.4	20.6	28.8
定性的評価	継続的に取り組みを行うことで、SOS を発信する側、SOS を受け止める側、双方の意識向上が図られており、相談することによってためらいを感じる人が減少していくことが見込まれる。						
評価結果の活用	*アセスメント（外傷等動向調査委員会等による助言や JISC によるヒアリング、定量的・定性的評価などの振り返り）結果をどのように活用するかを記載 継続的な取り組みと合わせて、より多くの若者が SOS の出し方や相談窓口について知る機会を増やしていく。						

※自殺死亡率とは：人口 10 万人当たりの自殺者数

【自殺・うつ病の予防】 7ー④ 民間団体と協働した相談の実施		
課題	客観的課題	・幅広い世代の中で、死亡原因(病死を除く)は「自殺」が最多 ・自殺に至る要因は複数あり、複雑に絡み合っている
	主観的課題	・市民の多くが相談することにためらいを感じており、全世代に対し、自殺に対する知識・情報を周知していく必要がある ・自己肯定感が低い人、社会的に孤立している人も非常に多く、市民のさまざまな課題、困りごとに対する支援体制を構築していく必要がある
目標		民間団体との連携を強化する取り組み
実施者・協働者		民間団体、市
対象者		一般市民
実施内容		・生活・法律・こころの相談会 自殺の要因となりうる、借金、多重債務、損害賠償などの社会問題や、それらの問題から発生する心の問題に対応するため、司法書士・保健師等による相談会をハローワーク及び保健所で実施する。 ・こころの相談カフェ 悩みを抱え込む前に気軽に相談できるよう、市民に身近な場所で、臨床心理士等のカウンセラーによる対面相談を実施する。(2016年8月～市内百貨店で開催、2017年4月～久留米市立中央図書館増設、2019年4月～平日の窓口を市民活動サポートセンター移設) ・生活自立支援センターにおける相談 生活に困りごとを抱えている相談者をセンターにつなぐ。センターでは関係機関と連携し、伴走しながら支援を行い、困りごとの解決に向けて、適切な支援を行う。
対策委員会の関わり		・相談の開催などの広報周知 ・関連部門(高齢・障害・就労等)との相互連携
2025 年度の実績 (活動実績)		【生活・法律・こころの相談会】 ・全4回実施 計8件(延べ8人) 【こころの相談カフェの開催】全70回 175件(延べ179人) (内訳) ・市民活動サポートセンター： 毎週火曜日・奇数月第3以外の火曜日：13：30～16：30(46回・114件) 奇数月第3水曜日：17：30～20：30(6回・13件) ・久留米市立中央図書館： 毎月第3日曜日・偶数月第1日曜日：13：00～16：00(18回・48件) 【生活自立支援センターにおける相談】 ・新規相談受付件数 1,231件 ・プラン作成件数 914件 ・就労支援対象者数 354件 ・就労・増収者数 223人
(過去1年間の改善点)		・「生活・法律・こころの相談会」について、有職者も利用しやすいよう2021年度から開催時間を一部(2回/4回)夜間に開催。年度当初の周知に加え、各相談日程の前に市広報誌や市公式LINEで周知を行った。また、チラシ設置場所について一部見直しを行った。 ・「こころの相談カフェ」について、1回の相談枠は3件であるが、キャンセルがでた時は、相談日が1ヵ月以上先の日程になった人等に連絡し、空き時間が生じないように調整を図った。また、継続者が多い日は1回に4件対応した。 ・「生活自立支援センター」について、社会的に孤立し、自分から窓口へ来られない層へ早期発見・介入するために「アウトリーチ支援」「電話や電子申請を活用した相談支援」に取り組んだ。総合支所サテライト相談実績87件。電子申請受付43件。
(JISCヒアリング内容について協議・反映した点)		・生活自立支援センターの取組を、保健所と協働した取組の一つとして整理した。



[illegible]