

オンラインメンタルヘルス相談支援システムの社会受容性シンポジウム
～「総合知」で創るこころの健康～

メンタルヘルス相談支援の 現況と課題について (市役所職員の立場から)

柏市役所 福祉部 福祉政策課

(自殺予防対策担当 吉田 悦子)

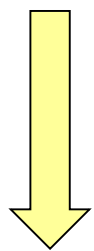
令和5年6月25日

(1) 柏市 福祉部 福祉政策課の紹介

福祉部	福祉政策課	健康福祉審議会, 地域健康福祉計画, 民生委員, 健康・医療・福祉に関する防災・災害対応, 墓地等の経営許可, 被災者・戦傷病者等の援護, 更生保護 ※福祉に関する幅広いジャンルの施策や, 複数の部局による連携を要する事業や, 福祉部全体に関する事項について所管 ※一例として・・・自殺予防対策事業, 重層的支援体制整備事業(総合相談), 日本赤十字社に関すること(献血等), 教育福祉会館の運営に関することなど, 福祉に関する様々な事業を担当 ※「柏市自殺予防対策連絡会議」事務局として, 保健所保健予防課(精神保健福祉士等の専門職)とともに取り組んでいる
	指導監査課	社会福祉法人・老人福祉施設・介護サービス事業者等の許認可・指定・指導監査
	障害福祉課	障害者施策, 障害者手帳, 障害者の手当, 障害者の医療費助成, 障害者支援施設・障害福祉サービス事業者等の指定・指導監査, 障害者の就労支援, 障害者の相談支援, 障害福祉サービス, 障害支援区分の認定, 障害者の虐待防止・権利擁護
	生活支援課	生活保護, 行旅病人・死亡人, 無縁者の埋葬, 中国残留邦人の支援, 生活困窮者の自立支援

(2) 柏市の自殺予防対策

柏市自殺対策計画(平成31年度～令和5年度)



【基本理念】 誰も自殺に追い込まれることのない柏市を目指して

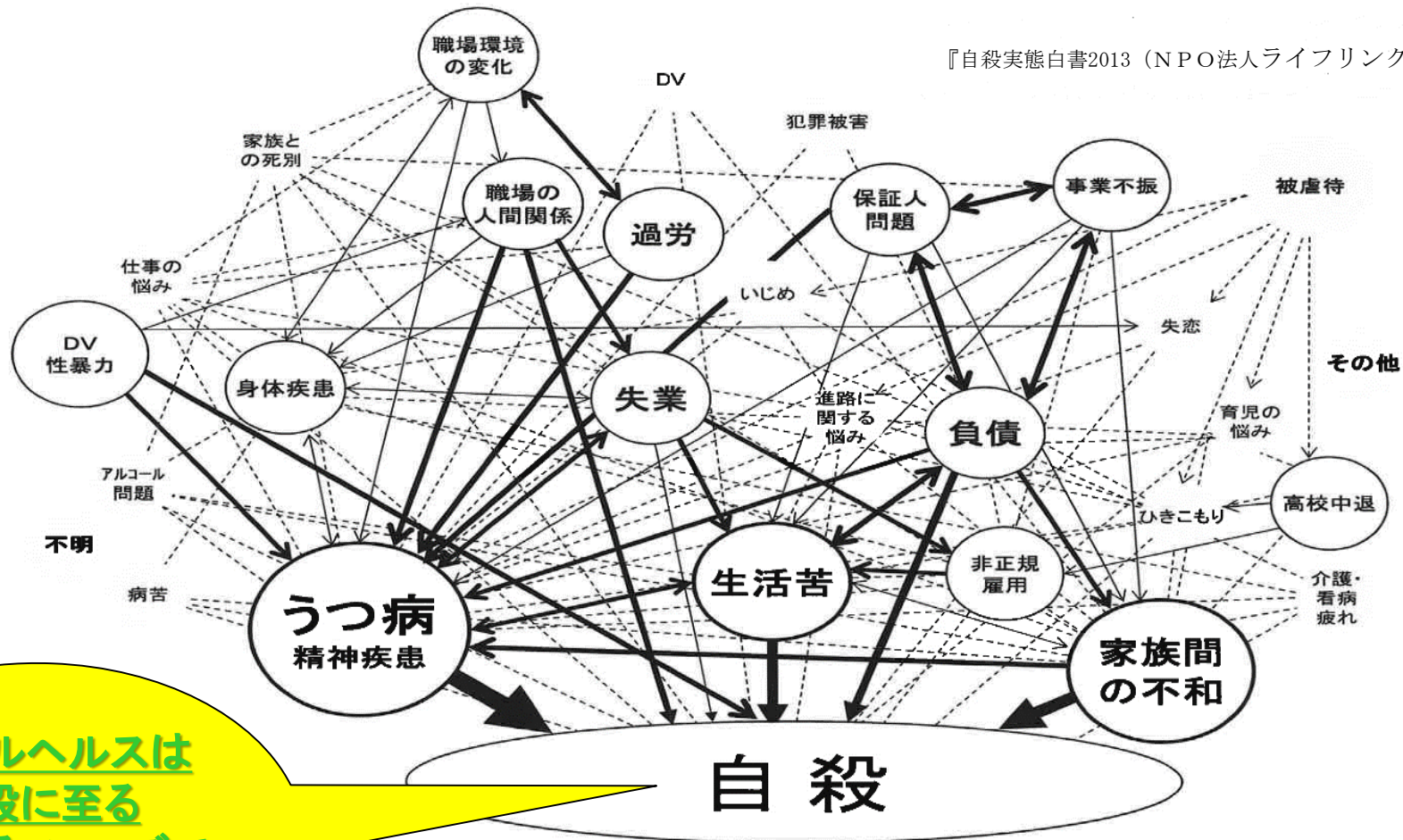
【基本目標】1. 悩んだときに助けを求め、悩んでいる人に手を差し伸べることができる地域づくり 2. 悩んでいる人が適切な相談機関につながり、十分な支援を受けることができる体制の整備

【対応の段階】	【基本施策】	【取り組み】
1 事前予防	(1)自殺予防の大切さの啓発と周知 (2)自殺を防ぐ地域力の向上 (3)心の健康づくりの推進	各基本施策に紐づく事業(約130)
2 危機対応	(1)地域における相談窓口とネットワークの強化 (2)自殺対策に係る人材の養成と資質の向上 (3)適切な精神保健医療福祉サービスの提供 (4)自殺未遂者の再度の自殺企図防止	
3 事後対応	(1)遺された人への支援の充実	
4 段階別支援	(1)学齢期への支援 (2)成人期への支援 (3)高齢期への支援	

(3) 自殺予防対策とメンタルヘルスの関係

(自殺の背景にある危機経路傾向のイメージ)

『自殺実態白書2013 (NPO法人ライフリンク)』



**メンタルヘルスは
自殺に至る
あらゆるフェーズで
重要な
キーワードの1つ**

自殺の多くは、多様かつ複合的な原因及び背景を有しており、
様々な要因が連鎖する中で起きている...(柏市自殺対策計画より)

(4) 本日の発表について

- ▶「自殺予防対策」と聞くと対象が限定されているイメージを持たれがちですが、実は生活に関するあらゆるフェーズ、メンタルヘルスケアに密接に関連します
- ▶最後の砦である「いのち」を守るための自殺予防対策は、メンタルヘルスケアの中でも最も重要な局面に関わる事業とも言えます
- ▶発表者・所属部局はメンタルヘルス相談を受ける専門職のバックグラウンドを持つものではありませんが・・・
- ▶令和3年度、千葉県内で柏市が初導入したインターネットゲートキーパー事業（オンラインを活用した相談事業）導入の経緯と実績等についてお伝えすることにより、本シンポジウムに微力ながら参画させていただきたいと思います

～ よろしく願いいたします ～

(5) - ① 柏市の相談事業の現状と課題 (コロナ禍による自殺者増→新たな相談事業導入へ)

2018年度 (64名)

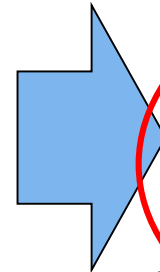
	男	女	計	割合
20歳未満	3	0	3	4.7%
20歳代	7	3	10	15.6%
30歳代	3	3	6	9.4%
40歳代	10	7	17	26.6%
50歳代	13	2	15	23.4%
60歳代	2	2	4	6.3%
70歳代	5	2	7	10.9%
80歳代	1	1	2	3.1%
合計	44	20	64	100%

2019年度 (64名)

	男	女	計	割合
20歳未満	4	1	5	7.8%
20歳代	5	2	7	10.9%
30歳代	5	1	6	9.4%
40歳代	9	5	14	21.9%
50歳代	11	3	14	21.9%
60歳代	5	1	6	9.4%
70歳代	5	2	7	10.9%
80歳代	3	2	5	7.8%
合計	47	17	64	100%

2020年度 (71名)

	男	女	計	割合
20歳未満	0	0	0	0%
20歳代	4	6	10	14.1%
30歳代	9	3	12	16.9%
40歳代	9	8	17	24.0%
50歳代	6	5	11	15.5%
60歳代	3	2	5	7.0%
70歳代	4	7	11	15.5%
80歳代	4	1	5	7.0%
合計	39	32	71	100%



若年層が
増加傾向

特に
女性が
増加

(警察庁による自殺統計より)

(5) ー② 柏市の相談事業の現状と課題

(コロナ禍による自殺者増→新たな相談事業導入へ)

柏市対面相談事業実績(令和元年度)

年代	件数	割合
60代	61件	13.7%
50代	126件	28.4%
40代	80件	18.1%
30代	89件	20.1%
20代	60件	13.5%

従来からの課題

- 自殺リスクが高い方の特定ができないことによるアウトリーチの難しさ
- 柏市の若年層(20～30代)自殺死亡率は、千葉県及び全国に比して高い⇒若年層に届く施策が必要



若年層への課題

- 若年層の対面相談率が低い
- 対面相談へのハードルが高い傾向
- コロナ禍で人との出会いが少なく他人に相談しにくい環境であることも影響

新型コロナウイルス感染症拡大に伴う新たな課題

- 通常の地域活動の減少, 経済的な環境変化など各世代とも孤立
- 女性の自殺者数は殆どの年代で増加(外出制限の影響が顕著に出ている)
- 在宅であっても支援の手が届くインターネット活用の必要性

※アウトリーチとは・・・支援が必要であるにも関わらず届いていない人に対し、行政・支援機関などが積極的に働きかけて情報・支援を届けるプロセス

(5) ー③ 柏市の相談事業の現状と課題 (コロナ禍による自殺者増→新たな相談事業導入へ)

**ICTを活用し、ハイリスク層へのアウトリーチをはかる
対面相談(既存事業)+α (ハイリスク者)**

【新たな事業導入により想定される効果】

- ✓ 年間100名程度の新規相談、うち7割以上が若年層を想定
- ✓ SNSを日常的なコミュニケーション手段としている若者への相談強化
- ✓ 従前の対面相談に加えてハイリスク者へのアウトリーチが可能（支援等）

自殺者の減少につなげるため、対策を強化する



令和3年4月、インターネットゲートキーパー事業 『新規導入』

※ゲートキーパーとは・・・自殺の危険を示すサインに気づき、適切な対応(悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聞いて、必要な支援につなげ、見守る)を図ることができる人のことで、自殺予防対策においては「命の門番」と位置付けられる人のことです。

(6) ー① インターネットゲートキーパー事業

概要

Step1

自殺ハイリスク者をスクリーニング

Step2

特設サイトに誘導
援助要請行動を促す

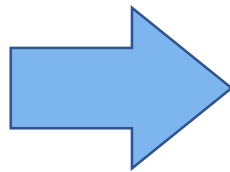
Step3

支援…チャット, メール,
電話, 対面 等

①検索連動広告



Google Ads



②特設サイト



- ・キーワードとして約200語を設定
- ・柏市内で、位置情報をONにした状態で検索

- ・自殺関連情報の優先取得から遠ざける
- ・メッセージを表示、匿名でメール相談へアクセス可能

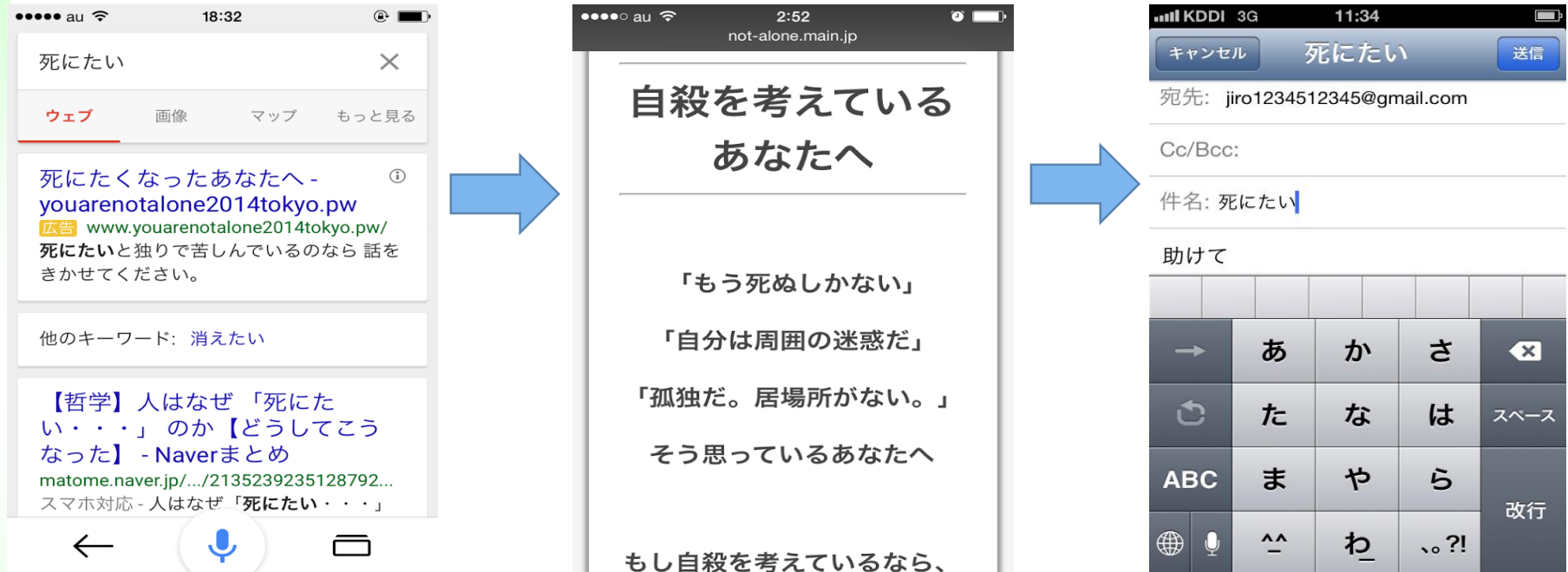
【期待される効果】

- ・自殺の中断を含む、相談者のポジティブな感情の変化
- ・今まで
つながっていなかった
援助機関への相談



福祉の
総合相談窓口
との連携
⇒柏市の特徴

(6) - ② インターネット・ゲートキーパー事業 検索連動広告の仕組み



「死にたい」「自殺方法」等の自殺関連用語を
「柏市内でGoogle検索」すると連動して広告が表示され
相談機関(委託先：N P O法人O V A)メール相談につながる

(6) ー③ インターネット・ゲートキーパー事業 柏市の相談実績(件数等)

【実績】

	広告表示 回数	クリック 数	相談者 数	男女比 (男/女)	若年層比 率 (30代以下)	K6得点 (相談者平 均)	自殺念慮尺度 得点(同左)
R3 年度	68,690回	4,516回	109人	男25.7% 女69.7%	73.4%	18.14点	12.58点
R4 年度	62,196回	4,712回	94人	男29.8% 女68.1%	72.34%	17.45点	12.07点

※K6得点…こころの健康状態をあらわす指標。

24点満点のうち5～12点で不安・抑うつ傾向, 13点以上は重度の不安, 抑うつ状態と言われている

※自殺念慮尺度得点…自殺の意思や計画性を示す。20～30代の平均は2.69点と言われている

**従来はアウトリーチの手段がなかった
自殺により近い「ハイリスク者」に届くオンライン相談**

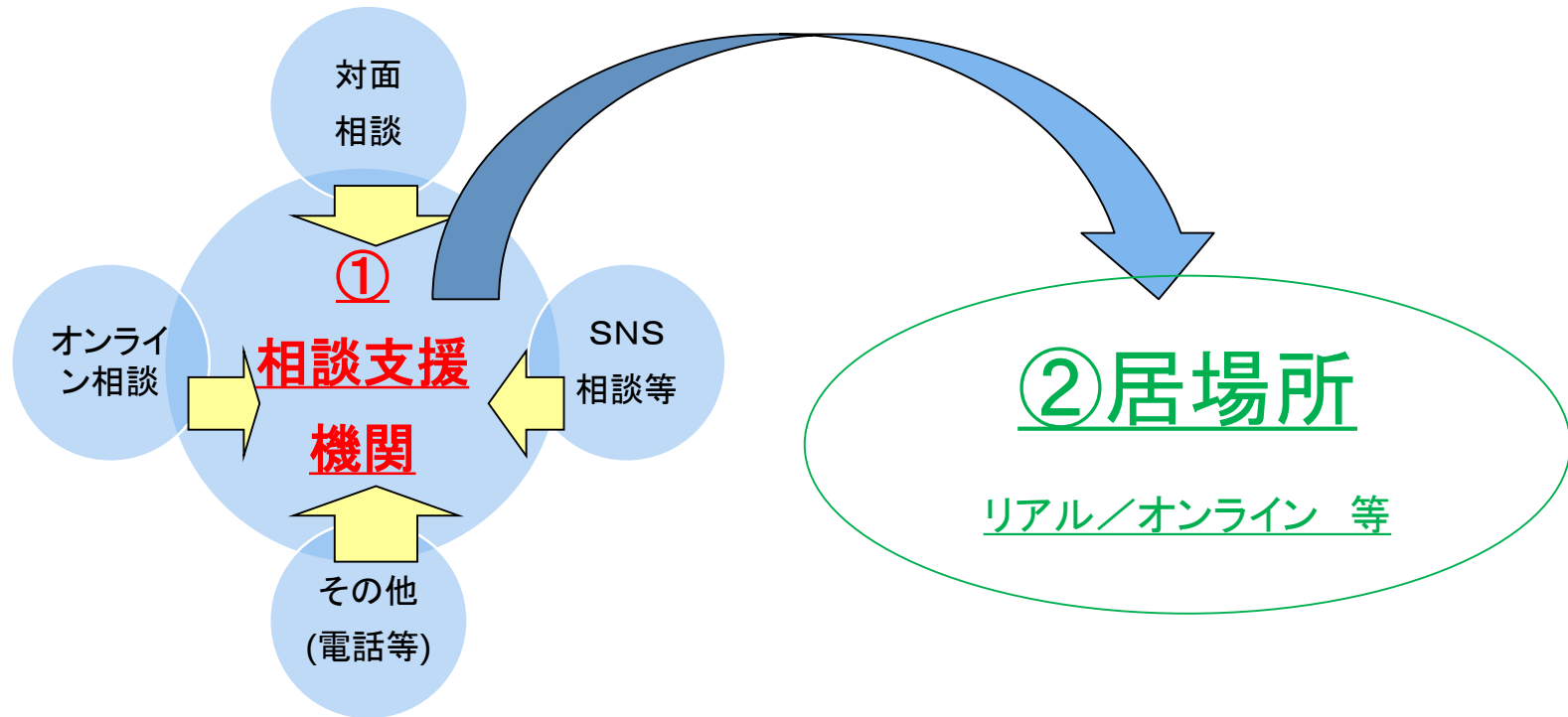
(6) ー④ インターネット・ゲートキーパー事業 柏市の相談実績(相談内容)

【相談内容等】 ※複数回答

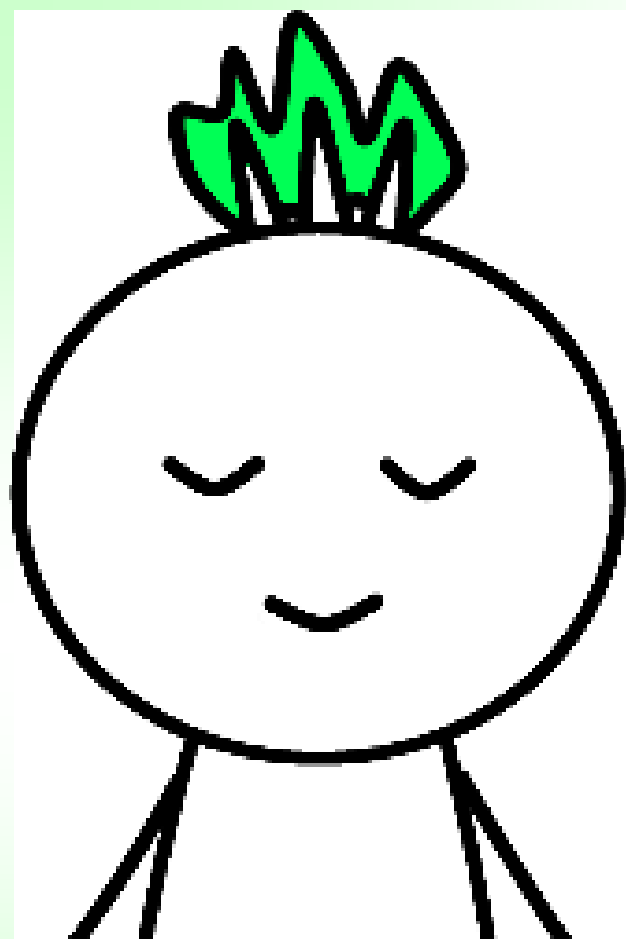
	自殺 念慮	精神 不調	身体 不調	生活・ 引きこ もり	経済・ 借金	家族 関係	学校	友人・ 恋愛	勤務	自殺 未遂歴 あり	自殺 計画 あり
R3 年度	67.0%	87.2%	35.8%	33.9%	23.9%	34.9%	15.6%	22%	34.9%	51.4%	58.7%
R4 年度	72.3%	90.4%	18.1%	10.6%	17.0%	44.7%	20.2%	18%	30.9%	44.7%	54.3%

- ▶コロナ禍初期に顕著だった「生活・引きこもり」「経済・借金」は縮小傾向
- ▶コロナ禍の状況変遷と連動して、漠然とした不安や目前に差し迫った生活課題の相談から、日常を過ごす生活の場で実際に直面する困難に関する悩み(精神不調など)が増加傾向にある

(7) 今後の相談事業(自殺予防対策)について



- ▶様々な相談窓口の提供・周知により、悩みが軽度であるうちに気持ちの改善を目指し自殺に関してハイリスクな状態に陥る前に相談できる手段を提供していきたい
- ▶実際の支援が必要なものについて、①相談支援機関に適時つなげることができるよう、連携体制を構築していきたい・・・行政だからこそできる体制構築
- ▶相談支援機関につながった方が、その後緩やかな見守りにより自立に向かうことができるような②居場所の検討を行っていききたい(リアルのみでなくオンラインも含む)



親カブ

御清聴
ありがとう
ございました



子カブ



ご近所さん

↑ 柏市自殺予防対策の「カブ」キャラクター: 近日, 市ホームページ等で公開予定