

ワークショップ 第46回日本自殺予防学会総会

「助けて」に応える相談
—ICT、電話、対面相談の対話—

竹島 正¹⁾，末木 新²⁾，河村 修二³⁾，大塚 尚⁴⁾，高井 美智子⁵⁾，
石倉 直樹⁶⁾，小高 真美⁷⁾，富田 正徳⁸⁾，
古閑 潔⁹⁾，勝又 陽太郎¹⁰⁾

¹⁾ 川崎市総合リハビリテーション推進センター，²⁾ 和光大学，³⁾ 熊本いのちの電話，⁴⁾ 東京大学，
⁵⁾ 埼玉医科大学，⁶⁾ 島根県司法書士会／日司連自死問題対策部会，⁷⁾ 武蔵野大学，
⁸⁾ 熊本県精神保健福祉センター，⁹⁾ 熊本市民，¹⁰⁾ 東京都立大学

TAKESHIMA Tadashi¹⁾，SUEKI Hajime²⁾，KAWAMURA Shuji³⁾，OTSUKA Hisashi⁴⁾，
TAKAI Michiko⁵⁾，ISHIKURA Naoki⁶⁾，KODAKA Manami⁷⁾，TOMITA Masanori⁸⁾，
KOGA Kiyoshi⁹⁾，KATSUMATA Yotaro¹⁰⁾

「助けて」の声に応える相談体制の構築は、地域における自殺対策の重要な課題である。相談へのアクセスと対応については、これまでの電話と対面に加え、ICTの利用も進みつつある。ワークショップ「助けて」に応える相談—ICT、電話、対面相談の対話—（以下、「ワークショップ」と略す。）は、ICT、電話、対面相談それぞれの強みを活かした相談体制づくりについて話し合うことを目的とした。ワークショップは2022年9月9日（金）16:00～18:30、会場は市民会館シアーズホーム夢ホール（熊本市市民会館）にて開催された。はじめに第一著者がワークショップの趣旨を述べ、6人の発表者がそれぞれの取組をもとに「助けて」に応える相談をキーワードに報告した。その後指定発言者2名がコメントを述べ、若干のディスカッションを行い、コーディネーターがまとめを行った。

それぞれの発表と指定発言を要約する。

末木新（和光大学）は、自らの関与するインターネット・ゲートキーパー事業と関連する研究をもとに、ICT、SNS相談の現在地点について報告した。NPO法人OVAの事業は関東を中心とした10以上の自治体にて実施され、令和3年度の相談メールの受付は2,422名、継続相談者数1,516名であり、何らかの自殺予防的な変化が確認されたのは42%程度であった。事業の効

果検証は国際自殺予防学会誌「Crisis」や日本自殺予防学会誌「自殺予防と危機介入」などに査読付論文として公表してきた。末木は、ICT、SNSの相談利用についてどのような手法がいつ・どこで有効かを明らかにしていく体制づくりが大切と述べた。そして行政には担当者の知識・専門性（ある程度の専門性がないと効果があるか否かの検証ができない）、実践家／臨床家には研究者との協働によるエビデンスの創出、研究者には事業の複雑さを理解した上での効果検証のメカニズムの提案が必要と述べた。

河村修二氏（熊本いのちの電話）は熊本いのちの電話の活動について報告した。熊本いのちの電話は自殺予防を第一の使命として1985年4月1日に日本で20番目の「いのちの電話」として開局した。開局当初から年中無休24時間態勢の「眠らぬダイヤル」として活動を始め、1995年には社会福祉法人の認可を受けた。1日30件を超える相談が寄せられているが、失業、借金苦、心の病など深刻な相談が増えているという。

大塚尚（東京大学）は、大学の学生相談現場におけるコロナ禍の変化を報告した。コロナ禍前は対面相談と電話相談が中心であったが、相談所の臨時閉室と臨時のメール相談開設の後にオンライン（Zoom）相談を開始し、その経験を通じて、大塚は「助けて」の声へのつ

なかり方がかなり変わった印象があると述べた。そして、それぞれの相談方法の強みと課題を紹介した。以下、そのいくつかを例示する。対面の強みは、生身の五感を伴う関わりができること、緊急時に安全確保ができることである。課題は、相談したい時に即時的に対応することが難しいこと、来てもらうことが必要であることである。オンライン (Zoom) 相談の強みは、これまでリーチできなかった層 (ひきこもり、来所困難など) への支援が可能になったこと、対人緊張が強い人も利用しやすいことである。課題は、端末・通信・安心して話せる場がないとつなげないことである。電話相談の強みは、電話一つでつながれることである。課題はその場での危機対応が難しいこと、回線が限られること、通話料である。メール相談の強みは、相談者が相談したいと思ったタイミングでアクセスできること、書くことで問題が整理されることがあることである。課題は応答のタイムラグが読めないこと、慎重を期すると1通1時間程かかるなどスタッフの心身の負担感が大きいことである。

高井美智子 (埼玉医科大学) は救急医療現場での自殺未遂者支援における対面相談の特徴として、非自発的な受診 (相談) であることと、退院後の継続的な支援が困難であることを挙げた。支援の現場ではこれらのジレンマを抱えながらも、自殺のリスク評価に基づき、患者が地域に戻ったときに何らかの支援の「糸」につながれるように患者や家族に働きかけているが、自傷・自殺企図の背景が複合的であるにもかかわらず、相談窓口が細分化されているという問題を指摘した。そして、部分的・機能的なアプローチだけでは不十分で、かつ、患者の特性や症状により受けられる支援方法が限定されてしまう場合が多いとして、多種多様な自殺予防の支援団体・援助者が、お互いの支援の「強み」や「範囲」、現場で遭遇する自殺ハイリスク者のリアルな「声」を学ぶ機会が増やすことが望まれると述べた。

石倉直樹 (鳥根県司法書士会/日司連自死問題対策部会) は、司法書士が身近な暮らしの中の法律家として、経済問題や家族、仕事に関する様々な問題について悩む人々に日々出会い、解決に向けて一緒に考える役割を担っていること、その中で、複合的な問題を抱える相談者から「生きているのが辛い」「死んでしまいたい」といった言葉を聞くことも少なくないことを報告した。そしてコロナ禍の影響を受けて、「失業した」

第46回 日本自殺予防学会総会ワークショップ

「助けて」に  応える相談

— ICT・電話・対面による対話 —

- 日時：2022年9月9日(金)16:00-18:30
- 場所：市民会館シアーズホーム夢ホール (熊本市民会館) 第5・6会議室
- 参加者：60人 (非学会員も参加可能です)
- 資料代：500円 (当日会場でお支払い下さい)

【プログラム】

1. 挨拶：藤瀬昇 (熊本大学/第46回日本自殺予防学会大会長)
2. 趣旨説明：竹島正 (川崎市)
3. 話題提供 (各15分)：
 - ・「ICT, SNS相談から」末木新 (和光大学)
 - ・「電話相談から」河村修二 (熊本のいのちの電話)
 - ・「学生相談から」大塚尚 (東京大学)
 - ・「自殺未遂者支援から」高井美智子 (埼玉医科大学)
 - ・「社会的支援から」石倉直樹 (鳥根県司法書士会)
 - ・「ゲートキーパー研修から」小高真美 (武蔵野大学)
4. 指定発言 (10分)：
 - ・「自治体の立場から」富田正徳 (熊本県精神保健福祉センター)
5. 話し合い (40分)
6. まとめ：勝又隆太郎 (東京聖立大学)

お申込はこちら↓



(ご入力頂いた情報は予約管理のみに使用します)

「助けて」の声に応える相談体制の構築は、地域における自殺予防の大きな課題です。このワークショップでは、ICT、電話、対面と多様化する相談について話題提供者が個々の取組を報告した上で、それぞれの強みを活かした適切な相談体制づくりについて話し合います。このワークショップのまとめは第46回総会のウェブサイトをおして共有します。

【協力：一般社団法人 自殺予防と自死遺族・調査研究センター】

「収入が減った」などの相談が増加していることを報告した。また司法書士はゲートキーパー宣言を掲げ、相談者の方のメンタルヘルスの異変、サインに気付き、適切な対応をとる自殺対策における「ゲートキーパー」として、関係機関と連携して「生きる」を支えていくことを目指していることを紹介して連携を呼び掛けた。

小高真美 (武蔵野大学) はゲートキーパー (GK) 養成研修やトレーニングの開発研究から報告した。全国の都道府県・政令指定都市・区市町村 (1,788 自治体) を対象に、2018 年冬に、GK 研修の実施状況を調査したところ、GK 研修の実施は52.7% (都道府県92.7%、政令指定都市94.7%、区市町村50.2%) であった。そして GK 研修を受けた人の立場により、できること、やるべきこと、期待されることは違うものの、ゲートキーパー研修受講経験者が感じる課題として、リスクアセスメント、つなぎ先とつないだ後、支援者支援は共通していることを報告した。

指定発言は、富田正徳 (熊本県精神保健福祉センター) と、古閑潔 (熊本市民) であった。窓口・相談ツールの多様化によって、当事者も支援者も相談の心理的ハードルを下げるができるが、それは「受け皿」の拡充・相談対応力の向上を必要とするとの指摘があった。また市民・社会にはメンタルヘルスリテラシーの向上が必要であり、「受け皿」としての支援者だ

けでなく、地域社会にも身近なひとを支援するマインドの醸成が必要との意見があった。

コーディネータのひとり勝又陽太郎（東京都立大学）は、「助けて」に応える相談は、地域の中での継続相談の「受け皿」の確保、その受け皿となるところへの支援を含めて相談に至るまでの「導線の設計」をトータルで検討することが必要とまとめた。

ワークショップ実施後のアンケートには27名の回答があり、「よかった」23名、「まあよかった」3名、「あまりよくなかった」1名であった。「まあよかった」という回答のひとつには会場がすこし密であったと書か

れていた。「よくなかった」にはロールプレイと書いていたと書かれていた。

発表はいずれも熱のあるもので、当初の予定よりも発表の時間が長くなり、討論の時間がすこしか取れなかったのは残念であるが、「助けて」に応える相談というテーマでこれだけの人数が集まったのは大きな喜びである。ワークショップの開催と準備にご支援いただいた、大会長藤瀬昇先生、大会事務局の小山明日香先生、熊本いのちの電話の皆様にご感謝する。次回もこのテーマでワークショップを開催できることを願う。