

## 会議議事録

1 会議名	令和7年度長岡市自殺対策協議会
2 開催日時	令和7年7月31日（木曜日） 午後2時から午後4時まで
3 開催場所	さいわいプラザ3階 中ホール
4 出席者名	<p>(委員) 田中会長 土田委員 高坂委員 石橋委員 佐藤委員            島宗委員 田中委員 大川委員 遠藤委員 大久保委員            渡邊委員 濵谷委員 米山委員 反町委員</p> <p>(関係課) 人権・男女共同参画課 杉本係長 市民窓口サービス課 池田係長            市民協働課 馬場係長 福祉総務課 道間係長 福祉課 赤松係長            生活支援課 中村係長 長寿はつらつ課 石黒係長            人材・働き方政策課 小畠課長補佐            学校教育課 高橋係長 こども家庭センター 品田係長            消防本部警防課 反町課長</p> <p>(事務局) 福祉保健部 水島部長 健康増進課 五百川課長 曽根課長補佐            健康増進・介護予防担当 横山係長 生活習慣病予防担当 久保係長            南部地域事務所保健担当 宮川総括主査            北部地域事務所保健担当 若月係長            栃尾地域事務所保健担当 佐藤総括主査            こころの健康づくり担当 西脇係長 三五主査 関口主査            関根心理相談員</p>
5 欠席者名	(委員) 砂山委員 高橋委員 高橋委員 関谷委員 (関係課) 地域振興戦略部
6 議題	(1) 長岡市の自殺の現状について (2) 長岡市自殺対策計画の進捗状況について (3) 令和7年度 各団体・関係機関の取組状況報告 (4) 意見交換
7 審議結果の概要	<ul style="list-style-type: none"> <li>議題(1)長岡市の自殺の現状について説明した。</li> <li>議題(2)長岡市自殺対策計画の進捗状況について説明した。</li> <li>議題(3)令和7年度の各団体・関係機関の取組状況について説明した。</li> <li>議題(4)自殺対策についての意見交換がされた。</li> </ul>

8 審議の内容	
事務局	○開会、資料の確認
○○会長	<p>○会長あいさつ</p> <p>6月の日本精神神経学会でも自殺が非常に大きなトピックスだった。特に自殺者は、一時的に減ったが日本全国で高い水準にあること、少子化であるのに子どもの自殺が非常に増えてきていることに危機感がある。市町村レベルでしっかり取り組むことが大事であり、活発な議論をお願いしたい。</p>
	— 以下 議事 —
事務局 (健康増進課)	<p>○議題（1）長岡市の自殺の現状について（資料No.1により説明） (厚労省自殺対策推進室において特別集計した長岡市の自殺の現状について説明) ※公表に制限があるため、内容については記載せず。</p>
○○委員	<p>長岡市の自殺者数の推移について、第1のポイントは、令和2年コロナ禍になり増加したこと。令和3年は女性が男性を上回り、令和5年は男性が非常に増え、過去10年で最多のレベルになった。失業関連、自営業を含む管理的な職域層が増加しており、コロナ禍での補助金等が終了する時期に増加したことが予想できる。昨年は、減少しており取組の成果を多少は反映していると思う。</p> <p>いのち支える自殺対策推進センターの資料では、長岡市は女性60歳以上無職同居及び男性50歳以上無職同居の自殺率が新潟県より高い。また、全国の2倍。</p> <p>特別集計のデータでは、高齢者の孤立孤独は健康問題、家庭問題として集計されるが、高齢者では、孤独孤立の問題も多く、同居者しながらも孤立している人がいる。</p>
○○会長	自殺の危機経路を見ていると、生活苦、介護の悩み、借金などについては、対応可能ではないか。
事務局	<p>○議題（2）自殺対策計画の進捗状況について（資料No.2、資料No.3により説明） 以下「長岡市自殺対策計画の進捗状況」に対する意見・感想について回答</p> <p>新潟県弁護士会、長岡市薬剤師会からの質問 「自殺者の減少は、施策の効果か偶然なのか可能な範囲で検討し、具体的な理由の検証ができるとよい」</p>
健康増進課	自殺の減少については、施策の効果の程度は不明で、社会経済状況の変化が大きかったと考える。令和6年度は、全国的にコロナ禍前に戻り減少傾向であるが、単年での評価は難しく、今後も対策を推進していく。

生活支援課	生活保護の申請は、コロナ禍の給付金や特例貸付が終了した令和4年9月以降増加に転じている。生活保護の開始理由は、手持ち現金の減少、稼働収入の減少、喪失が増加している。
人材・働き方政策課	<p>コロナ禍の影響が大きく、経済状況が良くなかったことが、令和2年から5年の自殺率の高さに繋がっていると思う。一方、令和6年度の結果は、国の健康経営等の社内の対策が進んでいること、コロナ関係が落ちついたこともあると思う。</p> <p>今年度、他市での大規模倒産やコロナ禍で頑張っていた企業の倒産の報告が多く、今後影響が出てくる可能性もあり注視していきたい。</p>
○○会長	大規模倒産への対応で、自殺対策に関して何かアプローチをしていたか。
人材・働き方政策課	まずは、離職者が今後その離職の状態が続かないように、ハローワーク長岡と一緒に、企業のマッチングを緊急に計画するなどの生活面を安定させる対策を行っているところ。自殺対策は次のアプローチと思っている。
○○会長	自殺の危機経路から見ると、失業は自殺に繋がりやすい経路なので、生活に困ったときに声をかける、自殺対策のリーフレットと一緒に配るなどのアプローチが必要かと思い質問した。
○○委員	<p>大型倒産や他にも倒産があり、自殺対策という観点から、重要な局面かと思う。</p> <p>以前、青森県で、ハローワークや労働基準監督署など、様々な機関と連携し、保健所管内で総合相談会を実施した。</p> <p>相談者はもちろんのこと、ハローワークなど協力機関も大変喜んでいた。失業者は経済的困難だけでなく、精神的にも疲弊していることが多いが、自覚がある方はほとんどない。保健師が面接すると、ほぼ全員が精神的に参っている状態だった。求職活動に近い場所で、仕事や収入、その他様々なことを一緒に相談でき、ついでに保健師の面接も受けられる総合相談会を開催することで、心を病んでいる人を見つけることができるのではないか。</p> <p>このような経験から、総合相談会のような会を、関係機関と協力して開催することは、非常に効果的ではないかと感じる。</p> <p>新潟県弁護士会・長岡地域振興局からの意見 「高齢者の自殺率が高い状態が続いており、気になります」</p>
健康増進課	高齢になると自殺に繋がる要因が多く、自殺者が増えることに繋がりやすいと考える。身体面では病気が多くなり、うつ病、認知症、アルコール問題等の問題が出

	<p>てくる。高齢化の中、自殺対策は非常に難しいが、皆さんと取り組みを推進していきたい。健康増進課としては、高齢者の身体面、精神面でのSOSを見逃さないよう、高齢者に関わる人材、地域包括支援センター職員等のゲートキーパー養成を引き続き行っていく。また、地域のコムセン単位でのこころの健康づくり講座、うつ予防講座、認知症予防講座を実施し、高齢者が住み慣れた地域で、いきいきと生活できるよう、居場所や生きがい、役割を実感できる地域作りの推進を進めていく。</p>
○○委員	<p>コロナが終わり、地域の茶の間等が少しずつ復活していると聞いている。また、配食サービス、集合型の食事サービスもコロナ前に戻りつつあるので、地域での繋がりや、年代を超えた交流などを進めていきたい。</p>
○○委員	<p>長岡市では女性60歳以上無職同居の自殺率が、全国平均と比べて2倍というデータが出ている。この点については、特に注目すべきではないか。</p> <p>つまり、高齢になると誰しも病気を患う可能性が出てくるが、そうなった際に孤立感を感じたり、あるいは「もう働けなくなったら生きていても仕方がない」との考え方方が強くなるケースがあるかもしれない。そうした意味での啓発活動、孤立対策を意識して取り組んでいく必要があるのではないか。</p>
	<p><b>NPO法人女のスペース・ながおかからの質問</b></p> <p>「資料1の6、地域の主な自殺の特徴から男性60歳以上無職同居の比率が1位。失業から生活苦に陥り、さらに心身不調を引き起こすケースが多い。特に男性役割に縛られていると相談に繋がるのが難しい場合がある。そのようなケースをどう見つけて、相談に繋がりやすくするために何が必要なのか」</p>
○○委員	<p>日頃の活動を通じて感じている、「男性役割に縛られる」という点について説明したい。</p> <p>例えば、「男性らしさ」「女性らしさ」、いわゆるジェンダーの領域で語られることが多い。「女性らしさ」について議論される機会が比較的多く見受けられるが、一方で「男性らしさ」に特化して議論されることはあまりないように感じる。</p> <p>しかし、社会全体には「男だから相談してはいけない」「男なんだから弱音を吐いてはいけない」といった無意識のプレッシャーがあり、それらの気持ちを抱えながら仕事に励んでいる方が多いように感じる。</p> <p>私たちは、「女性の相談窓口」として開設しているため、男性から直接お話を伺う機会は少ない。男性のニーズをどのように掘り起こしていくべきか、考えていきたい。</p>
健康増進課	
健康増進課	<p>7月に、主に職域層と生活困窮者を対象とした窓口対応のある部署で、自殺対策府内連携会議を実施した。その際、税金や料金の滞納、あるいは家庭全体に関わる</p>

	<p>ような相談では、男性が多いという報告を受けた。</p> <p>相談者の中には、窓口に到着した時点で、自殺に繋がりかねないリスクを複数抱えており、職員が心配と感じることがある。しかし、相談目的以外のことにつれて触れることが多く、声をかけにくく感じる場合が多いとのことだった。</p> <p>今後、職員や関係機関向けのゲートキーパー研修会では、男性における失業から生活苦、心身の不調へと続く自殺の危機経路や、リスクアセスメント、声をかけにくくの方へのアプローチ方法など、より丁寧に学べる機会を設けたい。</p> <p>日頃の相談業務の中で、「相談してもどうせ解決しない」「何も変わらない」といった言葉を、男性から聞くことが多いと感じており、皆様から対策について意見をいただきたい。</p> <p>また、商工会議所には、自営や中小企業の経営の相談に来所する男性が多くいると思うので、対応の難しさを聞きたい。</p> <p>○○委員</p> <p>当所でも無料の相談会を開催しているが、利用するのは経営者が多い現状である。それが直接、自殺に繋がるかと言われると、現状では少し距離があると感じている。</p> <p>しかし、先ほどから話題に出ているように、現在、県内では倒産件数が非常に多く、3年ぶりに100件を超える状況となり、現時点では180件を超えている。今後、倒産関係の相談が増加するのではないかという懸念は持っている。</p> <p>私どもからは、「相談会を実施しているので、ぜひお越しください」と周知はしているが、平等に情報が届かない課題がある。また、相談会に来る方は、ご自身の状況を話せる方という認識で、来ない方へのアプローチについて課題と感じている。</p> <p>○○委員</p> <p>市の庁内連携連絡会議について大変興味深かった。</p> <p>いのち支える自殺対策推進センターで、一般の事務職の方でも理解できるような簡単なチェックリストのようなものを作成し、配布している。簡易な内容になっているので、後ほど確認してはどうか。</p> <p>ジェンダーバイアスの話に関しては、世界でも非常に注目されている。世界の先進国におけるジェンダーバイアスと自殺率との関連を調べた結果、ジェンダーバイアスが大きければ大きいほど自殺率が高いという傾向が既に確認されている。このメカニズムとしては、例えば女性に関してジェンダーバイアスが大きい場合、社会的に女性が不利益を被り、それが自殺のリスクを高める方向に働くという点が挙げられる。男性の方に関しては、「男なんだから相談なんかしたら男らしくない」との考え方から、援助を求める行動が取りにくいという点が非常に注目されている。</p> <p>オーストラリアなどでは、ジェンダーバイアスについて世の中全体の考え方を変えていかないといけないという認識のもと、啓発活動に力を入れている。</p> <p>長岡商工会議所から意見 「新潟県・全国と比較して、長岡では女性60歳以上無職同居の自殺者が多く背景</p>
--	--

	<p>には身体疾患とある。市民、企業に対し健康寿命の延伸に向けた取り組みが必要だと感じました」</p> <p>長岡地域振興局から意見      「年代別自殺者数の年次推移では、令和6年も 70 歳以上が多い結果になっており、今後も高齢世帯への取組をより綿密に展開していく必要がある」</p> <p>新潟県弁護士会から意見      「物価高、過疎化等、相変わらず市民の生活環境は好転していない。全員に行き届く環境整備が重要である」</p>
○○会長	学生に向けて相談窓口リーフレットが配布されてるのは非常にいいことと思うが、実際、大学の方からリーフレットの配布について、有効かどうか、特に現場の意見があったら教えてほしい。
○○委員	わたしとしては必要と思う。現場の意見を直接聞けてはいない。
○○会長	最近の大学生のジェンダーバイアス、ジェンダーについて、昔とは違うと思うが、どうか。
○○委員	個性的な格好をしている人もいる。それなりの個性で理解していると思う。
○○委員	<p>データを見ると、19 歳までの数が 0 になっていないのはやはり問題だと認識している。県教育庁では、自殺に繋がるようないじめに対する対策を毎年行っている。また、県でも相談窓口のリーフレットを作成しており、全県立高校・中学校に配布している。</p> <p>ゲートキーパー的な部分や、SNS での発信の仕方については、小・中学校、そして高校でも指導が行われており、対策は取れていると認識している。</p> <p>各高校や中等教育学校では、教職員に対して、リスクの高い生徒に対してはしっかりと連絡を取るように指導したり、見守り体制を強化するよう指示をしていると認識している。</p>
○○委員	<p>主任児童委員をしている。</p> <p>先日、登校拒否の孫のことで何か対策はないものかと相談を受けた。</p>
健康増進課	<p>健康増進課だけでなく、ひきこもり相談支援室という部署がある。家族が何か困り感を抱えているようなら、連絡してほしい。</p> <p>希死念慮などがあり家族が困っているのであれば、こちらの方に相談を。補足だ</p>

	<p>が、親からの相談が一番良いと思う。</p> <p>学校に関して、学校教育課からお願ひしたい。</p>
学校教育課	<p>「こどもサポートコール」という総合窓口、心配事の相談窓口がある。親からの相談が多いが、「困ったらまずここ」と覚えてもらえば、いじめや不登校、非行、虐待等様々な困ったことの相談を受け付けており、学校とのやりとり等支援できる。また、継続した不登校の問題で悩んでいる保護者、本人についても、さいわいプラザ近くに子ども・青少年相談センターがあり、心理士もいる。継続した相談ができる体制になっている。</p>
○○委員	<p>自殺ハイリスク者の相談支援を主な業務としている。</p> <p>中学生、特に最近では高校生の相談がかなり多く寄せられている。繋がるケースは、「死にたい」という意思表示があつたり、実際に未遂行動をとったというもの。これらに共通しているのは、不登校から始まるひきこもり状態、そしてうつ的な状態から、オーバードーズやリストカット、その他の未遂行動の行為に移るケースが非常に多い。特に最近、このような傾向が増加していると感じる。</p> <p>そういう生徒等に関して、関係機関、特に医療機関とも連携を取りながら、継続的に支援をできればと考えている。</p> <p>まずは相談することが最も重要だと考えている。</p>
○○委員	<p>病院でも小学生、中学生、高校生のオーバードーズやリストカットの患者が、以前に比べて非常に増えているという印象がある。</p> <p>高齢者の孤立感の話があつたが、子どもたちも同様に非常に強い孤立感を感じているように思う。誰かに相談できずに、気持ちが辛い状況にあるのではないか。そこで友達になるのは、同じような孤立感を抱えている子どもたちで、「一緒だね」と感じるのかもしれない。</p> <p>しかし、その繋がりが自分たちの辛さを克服する方向ではなく、あまり良い方向に行かない繋がり方をしてしまっているケースも多く見受けられる。だからこそ、周りの人が、どのような形でその子たちと繋がっていけるか、何ができるかを考える必要があると感じている。</p> <p>また、親が心配する気持ちは理解できるが、子どもたちは辛くて辛くて、そこからなんとか楽になるために（リストカットなどの）対処行動をとっているのに、大人の心配でそれを否定してしまうと、子どもたちはその辛さをどう乗り越えていけば良いのか分からなくなってしまうこともあるのではないか。</p> <p>支援者の対応の仕方は非常に難しいと感じており、関係者は勉強していかなければならない。</p>

○議題3：令和7年度各団体・関係機関の取組状況について

	(資料4の右側の欄)
○○委員	警察では、実際に自殺統計原票を取り扱っており、自殺の原因・動機等々の基礎資料等を作成している。自殺前行方不明になって発見されるケースがあり、その際は、悩みごとを聞いて、市のリーフレット等を配布し、相談先を提示している。
○○会長	先ほど孤独・孤立の話があったが、自殺者は、生活状況から考えても、取り残されたような生活をしているのか
○○委員	<p>私が感じているところでは、状況はまちまちだと思われる。</p> <p>女性は少なく、男性がメインの相談者ではあるが、内容がかなり千差万別で、統計的なことを明確に述べることは難しい。大きく分けると、若ければ若いほど仕事や経済に関する悩みが中心となり、年齢が上がるに従って、家族のこと、自身の病気、今後のことの内容に変わっていく傾向があると感じる。</p> <p>女性については、統計的に見ても、大体、高齢者が病気を理由とした相談というケースしか見たことがない。</p> <p>子どもの場合は、私自身が扱った件数も数件しかないが、行方不明者が発見された際に、初めてその悩みが明らかになるケースが多々あり、なかなか事前に対策を講じるのが難しいと感じている。学校は深く関わっている部分もあるので、警察が直接関与できないが、後になって状況を紐解くと、「こんな感じだったのだろうな」と理解できることはある。</p>
○○委員	<p>保健所は、いのちとこころの支援センターと一緒に取り組んでいる。</p> <p>保健所は、令和7年の大きなテーマとして、長岡市と同様に、若年層、働き世代、そしてハイリスク対策という点で取り組んでいく予定である。</p> <p>若年層は、長期間にわたり、健康教育で高校に入っている。高校生になると、自己肯定感が下がってしまったり、様々な悩みが出てきたりする。また、友達の変化に気づいてもどうしていいか分からぬ生徒もいる。生徒たちに対し、講義をして、アンケートで個別の悩みや質問があれば、それを丁寧に返していくという活動をしている。</p> <p>高校生向けの対策を進める中で、専門学校生や大学生が今どのような悩みを抱えているかは、課題と感じている。今年は企画段階だが、学生、もしくは学校の先生にアンケートを取り、管内の実態が見えてくると良いと考え準備を進めている。</p> <p>また、働き世代については、商工会議所、商工会、労働基準監督署などと連携を取りながら、身体面の健康だけでなく、心の健康にも踏み込んでいけたらと思っている。</p> <p>そして、自殺のハイリスク者対策としては、当事者への支援だけでなく、周りにいる支援者への研修会を企画している。関係者みんなでネットワークを作りながら、</p>

	<p>方針を定めて対象者を支えていける体制づくり等、地域全体の課題に対して効果が出るように事業を検討している。</p>
<p>○○委員</p>	<p>高齢者の自殺対策について、長岡市と取り組んでいて、知ってほしい点が2つある。</p> <p>一つ目は、この数年間、長岡市では、保健師、地域包括支援センター、介護サービス事業者が、自殺が心配されるハイリスク者の支援会議および事例検討会をタイムリーに開催している。心配な方を見つけたときに、スムーズに招集をかけて、それぞれが情報共有しながら、支援を検討し継続的に関わっていくというシステム。特に高齢者に向けた取り組みとしては、非常に具体的で効果が高いものだと感じている。</p> <p>もう一つは、それに関連した動きで、地区担当の保健師、地域包括支援センター職員から、ケースに関する相談が結構ある。「これから心配なケースに訪問に行くんだけども、どういったことに気をつけたらいいか」「言葉がけはどうしたら良いか」といった、かなり具体的な質問をされる。</p> <p>私たちも一緒に考えながら対応している。こういった地域連携支援というものも、とても有効だと考えている。</p>
<p>○○委員</p>	<p>大学にはハラスメント委員会があり、学生間の恋愛関係の相談が案外多いことから、○○委員から、教職員への研修を行ったことがある。来年度の研修は未定だが、できればゲートキーパー研修を受けたいと考えており、ハラスメント委員会に伝えたいと思っている。</p> <p>もう一点、高齢者に関するアンケートを実施した。交流手段と交流方法と言う点である。今回、高齢者の自殺がかなり多い話があったが、これについては高齢者が、自家用車で移動している方が多いという背景がある。例えば、自家用車が使用できなくなり行動範囲が狭まると、家の近くでしか活動しなくなり、やりがい、やることがない、居場所がなくなる、という形でうつ的になる傾向がある。それにより、自殺に至ってしまうこともあるのではないか、という視点も考えられる。</p>
<p>○○委員</p>	<p>いのち支える自殺対策推進センターで、大学教職員対象のゲートキーパー研修をeラーニングで開発した。全教職員が受ける個別対応的な個人スキル的なものと、もう一つは保健、管理に関わる人への組織編と、2種類作って発出している。</p>
<p>○○委員</p>	<p>(当日資料「労働安全衛生法および作業環境測定法の一部を改正する法律（令和7年法律第33号）の概要」、「ハラスメント対策・女性活躍推進に関する改正ポイントのご案内」により説明)</p>
<p>○○会長</p>	<p>ストレスチェックは、小さい事業者でも取り組み始めているところは多いのか。</p>

○○委員	メンタルヘルス対策に取り組む事業所の割合は、30ないし49人の事業場では71.8%あるが、10ないし29人の規模だと56.6%で、さらに10人未満だとさらに低い状況。
○○会長	職場での、メンタルヘルスのさまざまな制度が始まっている中で、自殺者がだんだん減ってきていることを考えると、職域でストレスチェックをすることは、国全体で考えたら有効だったと思う。国としてはストレスチェックを拡大させる政策だと思うので、ぜひ進めていってほしい。
○○委員	<p>「薬の適正使用協議会」というホームページがあり、製薬会社からの情報、社会問題になっているオーバードーズ、薬物乱用防止のことや、OTC（買って飲む薬）などすべての情報について、専門家および一般の方々向けにコンテンツを用意している。</p> <p>県外の研修会で、SNSの状況を聞いた。オーバードーズと言っても、どのぐらいの量、数を飲んだと競い合うページもある。また、睡眠薬など薬によってわざと着色してあり色がつくものもあるが、その色の競い合いや、その写真を撮って共有したりしている。</p> <p>また、長岡市薬剤師会として過疎地でのオンライン診療を拡大していく準備をしている。今モデル事業として山古志で進めているが、投薬時の会話がとても好評で、社会との繋がりという意味ではとても期待している。</p> <p>自分の仕事として、精神科の処方箋を主に受け取っている。その方々が、きちんと受診できて、薬局に来てくれることを大事にして、薬剤師は社会の一つの窓口として活動している。また、家族が薬を取りに来ることもあるが、その方々が繋がっている手をいくつも持っていることが大事だと確認している。</p>
○○会長	<p>最後に精神科の学会で、20年、30年以上自殺対策をされていた教授が話されていたことを紹介する。</p> <p>昔は「自殺した人をどう扱うか」「希死念慮が強い人をどう入院させるか」「助けるか」だった。病気で言うとうつ病は「こころの風邪」と言われて、「こころの風邪が肺炎になってご飯食べれなくなってどう抗生物質を使うか」と治療の話だけで終始していた。最近は風邪の段階でどう発見していくか、「飲み薬だけでなんとか治らないか」など、早い段階で関与できるようになってきた。次は「心の風邪を引かない体力作り、体力作りをするための基礎体力を若い時からどう作っていくか」という全体の考え方や、教育を変えていく段階に来ているのではないか。</p>
事務局	<p>－以上 議事終了－</p> <p>○閉会</p>

9 会議資料	別添のとおり