

八尾市自殺対策推進計画(第2次)の取り組みについて【令和7年度】

1. 計画の目標

3 か年平均の自殺死亡率（人口動態統計）

【目標】 令和 11 年	令和 5 年 (計画策定年度)	令和 6 年	令和 7 年
減少 (令和 8～10 年)	17.4 (令和 2～4 年)	17.7 (令和 3～5 年)	17.4 (令和 4～6 年)

本市の人口規模では、単年の自殺死亡率では偶然変動の影響が大きくなることから、3 か年平均の自殺死亡率を指標とし、「減少」を目標としています。

2. 取り組みの進捗状況について

評価指標 1 生きがいを持って自分らしく過ごしていると回答した割合※1

【目標】 令和 11 年度	令和 5 年度 (計画策定年度)	令和 6 年度	令和 7 年度
増加 (令和 10 年度調査)	45.9% (令和 4 年度調査)	43.9% (令和 5 年度調査)	45.0% (令和 6 年度調査)

※1 八尾市民意識調査の指標「夢と志を持ち、生きがいを感じ、自分らしくかがやいている」で「思う」「少し思う」と回答する割合の増加をめざしています。

総合的な取り組みの展開を図ることにより、市民の生きがいにもつながっていくため、「増加」を目標としています。

【目標】 令和 11 年度	計画策定時 (令和 5 年 11 月末時点)	令和 5 年度 (令和 6 年 3 月末時点)	令和 6 年度 (令和 7 年 3 月末時点)	令和 7 年度 (令和 7 年 8 月末時点)
累計 1,950 人	732 人	751 人	1,036 人	1,042 人

自殺を未然に防ぐためには、様々な悩みや生活上の困難を抱える人に対しての早期の「気づき」が重要です。誰もが早期の「気づき」に対応できるよう、ゲートキーパー研修等の必要な研修を行い、自殺対策を支える人材の育成をめざしています。

- ・「心のサポーター養成研修」と同時にゲートキーパー養成講座を実施予定
心のサポーター養成研修の内容に、「支援が必要な方を適切な支援につなげる」という視点の対応方法等を加え、より自殺予防の役割を強化した存在としてのゲートキーパー講座を実施予定

心のサポーター：
メンタルヘルスや精神疾患への正しい知識を持ち、地域や職域でメンタルヘルスの問題を抱える人や家族に対してできる範囲で手助けをする、傾聴を中心とした支援者。ゲートキーパーの考え方と共通する部分が多くある。

【職員向け】

- ・新任主査対象ゲートキーパー養成講座（対面） <R7. 12. 5 実施予定>
- ・全課対象ゲートキーパー養成講座（動画視聴） <R7. 12～実施予定>

【市民向け】

- ・心のサポーター養成研修との同時開催 <R8. 2. 24 実施予定>

【関係機関向け】

- ・人権教育課共催による教職員向け研修（対面） <R8. 1/29 実施予定>
- ・支援者向け研修 <R7. 12/5 実施予定>

➤担当者から

- ・ゲートキーパー養成講座を受けた方が、実際にゲートキーパーとして活動することに不安を感じたり、ハードルを高く感じるという意見がありました。
心のサポーターは、その名称からも、何をするのかイメージしやすく、参加することに心理的なハードルの低さがあると考えています。心のサポーター養成研修で、メンタルヘルス全般の知識や心の健康の重要性を理解したうえで、ゲートキーパー養成講座を受けることで、自殺予防や危機対応の内容をより具体的に理解しやすくなるとともに、受講者の心理的負担も少なくなるのではないかと期待しており、メンタルヘルスに関心のある方へ働きかけることで、ゲートキーパーの裾野を広げていきたいと考えています。
- ・昨年度の審議会でも、地域のケアマネジャー等支援者も、支援している方の「死にたいくらい辛い思い」を聞いているという意見がありました。今年度は、支援者研修のテーマをうつ病や希死念慮のある方への支援として、地域のケアマネジャーや障がい福祉サービスの事業所職員等、支援者向けの研修を計画しています。精神科医師の講義や、参加者同士のグループワークを通じ、疾患の理解や支援の方法等について学びを深め、参加者が日々の支援を不安なく行えるような研修にしたいと思っています。

【目標】令和11年度	令和5年度	令和11年度
増加	15.6%	こころの健康に関する市民意識調査にて 評価予定

※2 こころの健康に関する市民意識調査の質問項目「私は自殺の危機にある人たちに接触し、彼らを手助けする心づもりがある」で「そう思う」と回答した割合

市民への啓発や周知とともにゲートキーパー養成講座についても取り組み、ゲートキーパーの役割を担えると回答した割合の増加をめざします。

- ・市民向け動画（自殺に関する俗説やゲートキーパーについて）を市公式 YouTube チャンネルに公開中（令和6年度から）



- ・職域向け動画（メンタルヘルス不調者への対応、ゲートキーパーについて）を作成し、市公式 YouTube チャンネルにアップ（令和7年8月15日から）



- ・ゲートキーパー養成講座（心のサポーター養成研修との同時開催）＜R8.2.24 実施予定＞

➤担当者から

- ・昨年度の審議会において、職域向けの動画や取り組みについて意見をいただき、職域分野へ何かできないかと考え、動画を作成することとしました。実際の職場において、職場の同僚や上司等が、メンタル不調を抱えた方に気づいても、実際どう対応すればよいのか迷う人も多くいると思います。「しんどそうな方を見かけたら、このように対応すればいいのか」ということがわかるような動画を作成し、市公式 YouTube チャンネルに配信しています。動画が少しでも多くのはたらく人たちに届くよう、保健企画課（健康まちづくり科学センター）が職域分野に対して実施している取組において啓発してもらいました。

評価指標 4

ゲートキーパー養成講座を受講したものが所属する課の割合※3

【目標】 令和 11 年度	令和 5 年度 (令和 6 年 3 月末時点)	令和 6 年度 (令和 7 年 3 月末時点)	令和 7 年度 (令和 7 年 4 月 1 日時点)
100%	89.4%	100%	100%

※3 全所属に占める、ゲートキーパー養成講座受講者が 1 人以上所属する課の割合

市職員は業務の中で自殺のリスクを抱えた市民を早期に発見し、支援へとつなぐ必要があり、ゲートキーパー養成講座を受講した職員が全課に所属していることが重要であるため、100%を維持します。

- ・ 新任主査を対象とした対面でのゲートキーパー養成講座の実施（希望者枠も設ける）
- ・ 動画視聴によるゲートキーパー養成講座の実施

➤ 担当者から

- ・ 昨年度から職員向けの動画研修を実施したことで、受講の利便性が高まり、全課にゲートキーパーが所属する状態となりました。今年度の異動後も、対象となるすべての課にゲートキーパーが所属していますが、単純に所属率 100 パーセントを維持するだけでなく、ゲートキーパーが 1 人しかいない課に対して積極的な受講を促したり、既受講者に対しても何度でも研修受講ができることを積極的に発信していきます。
- ・ 動画研修の内容について、令和 6 年度のアンケートで「希死念慮を確認することは自殺の後押しにはならないことに驚いた」という意見が複数みられました。そのため「自殺を考えていることを言葉にすることで、感情の整理や問題の共有につながり、衝動性が低くなる」という内容を追加し、視聴者にとってよりわかりやすく、声掛けがしやすくなるよう修正しています。

【目標】 令和 11 年度	令和 5 年度	令和 11 年度
増加	4.2～16.9%	こころの健康に関する市民意識調査にて 評価予定

※4 こころの健康に関する市民意識調査の質問項目「あなたは、次の相談窓口を知っていますか」
で「どんな相談ができるか知っている」と回答した割合

悩みやストレス、困りごとを相談する窓口があること、誰でも気軽に相談できることを、広く市民に周知する必要があるため増加をめざします。

- ・ 年度当初に各課に照会を行い、相談窓口一覧を更新し、八尾市ホームページに公開中
- ・ 相談窓口一覧の相談先について、ホームページのリンクを埋め込む等して、参照が簡単にできるよう工夫する

➤担当者から

- ・ 各課の相談窓口が市民に周知されるよう、これからも相談窓口一覧の更新および発信は継続していきます。また、困りごとを抱えた市民に必要な支援につなぐことができるゲートキーパーが各課に所属している状況は、本市の強みであると考えており、職員がゲートキーパーとしての役割を担えるよう意識して取り組みを進めていきます。

評価指標 6

自殺に関連した精神保健福祉相談件数

【目標】 令和 11 年度	計画策定時 (令和 5 年 9 月末時点)	令和 5 年度 (令和 6 年 3 月末時点)	令和 6 年度 (令和 7 年 3 月末時点)	令和 7 年度 (令和 7 年 8 月末時点)
継続実施	70 人	98 人	90 人	37 人

自殺に関連した精神保健福祉相談については、「①日々、本人や家族、関係機関等からの相談に対応する精神保健福祉相談業務」と「②警察と連携した『大阪府自殺未遂者相談支援事業』」があります。また、相談時には、家族や関係機関等から状況を伺うとともに本人の気持ちに寄り添い、問題の整理や解決につながるよう一緒に考え、面接、訪問、電話、受診同行等の様々な方法できめ細やかな支援を継続します。

➤担当者から

- ・相談の際は、本人の「死にたい」という気持ちや家族の不安に寄り添うので、スタッフとしても負担を感じることは少なくありません。そのため、スタッフ 1 人で抱え込まないようにチーム及び所内で共有しています。また、保健所だけでなく、必要に応じて複数の支援者とチームを作って対応するようにしています。
- ・支援ケースの一つに、職場の上司から保健所へ相談があり、本人の支援につながったケースがありました。職場の上司や健康管理担当者が支援に困っている事例は多くあるのではないかと感じています。保健所が自殺対策の支援をしていることが広く認知されることで、このような相談も増えてくるのかもしれないと考え、職域分野への取り組みは積極的に進める意義があるのではないかと感じています。

評価指標 7

自殺対策に関連する事務事業の取り組み状況の把握

様々な分野の生きる支援にあたる関係者が、それぞれ自殺対策に一翼を担っているという意識を共有し、引き続き総合的な取り組みの展開を図ります。

3. 各基本施策に基づく取り組みについて

基本施策（１）自殺や精神疾患等の正しい知識の普及啓発

- ・ 市民向け動画

WEB サイト

<https://www.youtube.com/watch?v=NcPfDYBeG6k>



- ・ 職域向け動画 新

WEB サイト

<https://www.youtube.com/watch?v=u7guxDn2G6k>



基本施策（２）自殺対策を支える人材の育成

- ・ ゲートキーパー養成講座

職員向け

（対面）新任主査

（動画）全課（各課で１～２人/年）

（対面）市民

心のサポーター養成研修＋ゲートキーパー養成講座 新

（対面）関係機関

教育

心のサポーター養成研修＋ゲートキーパー養成講座 新

- ・ 支援者向け研修

基本施策（３）相談支援の周知・充実

- ・ 各課相談窓口の照会



- ・ ゲートキーパー養成講座

職員向け

（対面）新任主査

（動画）全課（各課で１～２人/年）

基本施策（４）自殺未遂者支援

- ・ 自殺に関連した相談

基本施策（５）関係機関の連携・ネットワークの強化

- ・ 基本施策（１）～（５）関連事業について各課照会

- ・ 重層的支援体制整備事業