

令和6年度健康づくり審議会心の健康づくり推進分科会 議事概要

令和7年3月7日（金）

15:00～16:30

秋田県議会棟2階 特別会議室

1 開会挨拶

2 出席委員の紹介

（事務局より委員及び事務局の出席者について報告。）

3 分科会長選出

（推薦がないため、事務局から内藤委員を提案し、承諾を得る。その後、内藤分科会長が石場委員を職務代理者に指名。）

内藤分科会長

自殺者数は減少しているものの、依然として自殺に追い込まれている方々がいる現状に変わりはなく、また、全国的に秋田県はまだまだ自殺死亡率が高いことから、気を緩めることはできない。本日は、自殺に追い込まれる方を減少させる施策につながるよう、協議を進めたいと考えているので、闊達な議論となるよう御協力をお願いしたい。

4 報告

内藤分科会長

「4 報告」について事務局より説明願う。

事務局

（「資料1」～「資料3」により説明。）

5 協議

内藤分科会長

「4 報告」にて事務局より説明があった事項について、御質問・御意見のある委員は遠慮無く発言願いたい。

高橋委員（仲小路法律事務所）

「資料1」に自殺者数の推移についての記載があるが、次年度以降の資料では、自殺死亡率の推移も分かるような内容としていただきたい。人口減少が進んでいることから、自殺者数のみならず、人口当たりの死亡者数にも着目すべきである。

事務局

承知した。なお、「資料2-3」の中で令和5年の自殺死亡率を掲載しているが、自殺者数と同様、自殺死亡率についても減少していることが確認できる。

石場委員（秋田県薬剤師会）

「資料2-1」の中で自殺予防ネットワーク会議等に関する記載があるが、実施時期はいつ頃か。

事務局

令和5年度の実績では年末や年度末の時期が多いが、夏に開催されている地域もあり、地域によって状況は異なる。

石場委員（秋田県薬剤師会）

地域内において関係機関による情報共有を図る場が持続的に設けられているのは素晴らしい取組である。是非、継続して開催していただきたい。

内藤分科会長

他に御発言がなければ、各委員へテーマを投げかけさせていただくので、それに対する御意見を頂戴したい。まずは、子ども・若者対策について、いかがか。

石場委員（秋田県薬剤師会）

近年では、小学校においても、保護者へ自殺予防に関する説明がなされる場合があると聞くが、「資料1」において未成年の自殺者が増えているとのことであり、こういった現状に衝撃を受けている。

「資料2-3」を見ると、SOSの出し方教育の実施校はまだ目標に届かないようだが、将来的には全ての学校にて実施すべき取組であると考え。単年度での実現は難しいと思われるが、大学等の機関とも連携し、少なくとも卒業までの間に1回は教育を受けられるよう、体制の構築を進めていただきたい。

自殺予防街頭キャンペーンに参加した際、若い方からは自分には関係ないというように受け取りを拒まれることが多いと感じる。今の自分には関係ないとしても、将来的に心の不調を抱えるに至る可能性があるため、若い内から、他人事ではないという啓発を行うことが重要ではないか。また、令和5年度に放送されたテレビ・ラジオCMも有効であったように思う。

鈴木委員（秋田県老人クラブ連合会）

私も街頭キャンペーンによく参加しており、キャンペーンの場に相談しに来る方に出会うことがあるが、家族を自殺で亡くした方からもっと早く相談窓口の存在を知ることができれば良かったと言われた経験がある。残された家族は、周囲の人が陰で噂話をしているのではないかと、思い詰めてしまうこともあり、自殺につながるリスク

が高いため、手厚いサポートが必要である。

子ども・若者対策としては、SOSの出し方教育が重要であるほか、親に対する教育も必要ではないか。子どもと共に、親もSOSの受け方やメンタルヘルス対策の必要性について学ぶことで、子ども・若者の自殺対策につながるように思う。

佐々木委員（秋田大学大学院医学系研究科）

児童・生徒に対するSOSの出し方教育は、現在の内容が妥当かどうか、児童・生徒の立場に立って改めて吟味が必要ではないか。ストレスコーピングとして、助けを求めることの大切さを教えることは重要だが、自殺の危機に瀕している児童・生徒にとってはかえって追い詰められてしまう可能性がある。

児童・生徒にとって最も身近な相談先は友達であることから、学校ではゲートキーパーのような内容の教育を実施し、SOSの出し方教育は高齢者に対して実施するのが良いと考える。

内藤分科会長

相談を受けるには、受け手の心が健康であることが必要である。これまで実施されてきた取組について、一度、立ち止まって考えることも必要かも知れない。

次に、中高年を取り巻く状況や対策についての協議に移る。意見等ある委員は御発言いただきたい。

木場委員（秋田・こころのネットワーク）

日頃の活動の中で受ける相談についての情報提供になるが、特に、20～30歳代にかけて、就職難や職場が合わないといった内容の相談を受けることが多い。

また、中学生や高校生については、学校生活における一見些細とも思えるような内容が複数積み重なって、学校へ行きたくないなどの状況に陥っている方がいる。

小野委員（秋田県経営者協会）

「資料1」を見ると、改めて、人生において職場で過ごす時間の長さや、職場におけるストレスが心の不調に与える影響の大きさを実感する。特に、40～50歳代において、勤務問題に起因する自殺者が多くなっているが、この年代は中間管理職に当たる方が多く、部下と上司の板挟みに悩むケースもあると思われる。

こうした状況への対策として、企業内に相談窓口を設けるだけでは不十分であり、例えば企業内でトラブルが発生した場合に企業の内部の方に相談をするのでは、かえって状況が悪化する可能性もある。したがって、外部の相談機関を利用できる環境を整え、気軽に相談できる機運が醸成されるよう、セミナー等を通じて働きかけているところである。

赤石委員（秋田魁新報社）

現在、人事や若手の研修等を担う総務局に在籍しているが、世代間における価値観のギャップの大きさを感じている。例えば、我々の年齢層においてはある程度ストレ

ートな物言いが普通だったが、今の若い人にとっては、その言葉を強い責めの言葉と捉えるような気質があると感じる。

そういった状況を踏まえ、若手の心理に精通した外部のカウンセラーを置き、深刻な悩みや心の病に至るもっと手前の、ちょっとした悩み事の段階で気軽に相談できる体制を設けることで、社員のケアに力を注いでいる。

石場委員（秋田県薬剤師会）

事務局に質問だが、県庁の組織としてはどのようなハラスメント対策を実施しているのかを伺いたい。

事務局

管理職に対するメンタルヘルス研修や職員向けのストレスチェック等を実施している。また、職場の問題を職場に相談するのは難しいと考えられるため、外部の相談機関の周知に取り組んでいる。

高橋委員（仲小路法律事務所）

最近、大手企業の新卒の方と会話した際、「〇〇を提出してください。」などの句読点が付いたメールは、普段使わないために圧を感じるというような話があった。このように、上の世代が感じる心の負担とは基準が変わってきていると思われることから、当該分科会においても、そういった若い世代の考え方を代弁できるような方がいれば、より有効な対策につながるのではないかと。

事務局

現在、県では秋田県こども計画の策定を行っており、当事者である子どもの意見を聞くということが重要な視点とされている。どのような形で意見を聞けるかは分からないが、自殺対策についても、何らかの方法で実現できるようにしたい。

内藤分科会長

秋田県は長らく高齢者の自殺が多い状況が続いている。どのようにして高齢者の自殺を減らしていくか、普段の活動の中で感じていることについて、御意見を頂戴したい。

佐々木委員（秋田県民生児童委員協議会）

民生委員としての活動の中で、一人暮らしの高齢者の家を訪問する機会が多いが、体感として、家族がいる高齢者が悩みを抱えているケースも相当数あるように感じるため、民生委員の中では、家族がいる方にもなるべく声かけをするようにしている。

小山田委員（公募委員）

近年では、デジタルトランスフォーメーションの動きが進んでいるが、高齢者等には使い方が分からない方もいる。便利なツールを積極的に取り入れることも重要だが、

併せて誰も取り残さない仕組みを作る事も重要である。

斉藤氏（秋田県警察本部）

警察が自殺された方の状況を確認する際、残された遺書があれば参考にするが、謝罪の言葉が中心で直接の原因は分からないケースも多い。あくまで、家族への聞き取りや、病院の診察に関する調査等を基に、警察において原因を決めさせていただいている、というのが状況である。

鈴木委員（秋田県老人クラブ連合会）

佐々木先生（秋田大学大学院医学系研究科）がおっしゃったSOSの出し方教育については、大変考えさせられる内容であった。県には、今後の方針についてよく検討していただきたい。

事務局

SOSの出し方教育については、授業の名称は違っても同様の教育を行っているようなケースもあることから、現在、定義を含めて整理を行っているところである。どこまで反映できるかは分からないが、頂戴した御意見を参考に、検討を進めてまいりたい。

事務局

県では、SOSの出し方教育のほか、教諭向けのSOSの受け方講座も実施している。SOSの出し方教育も一定の効果があるとされており、どのような体制で教育を行うのが良いか、多くの方の御意見を聞きながら、考えてまいりたい。

6 その他

内藤分科会長

事務局や各委員より何か連絡事項等はあるか。

（特になし）

内藤分科会長

これにて本日の議事は終了とし、進行を事務局にお返しする。

7 閉会

事務局

御多忙のところ長時間にわたって御審議いただき、感謝申し上げます。本日頂戴した様々な意見については、今後の政策に生かしてまいりたい。

これをもって令和6年度健康づくり審議会心の健康づくり推進分科会を閉会する。