

## 令和7年度 第2回自殺対策計画推進委員会 議事録

- 1 日時 令和8年(2026年)3月24日(火) 午後6時から午後7時30分
- 2 方法 対面会議
- 3 会場 鎌倉商工会議所 102会議室
- 4 傍聴者なし
- 5 出席者 鎌倉市自殺対策計画推進委員 計8名  
渡邊克雄氏、桑原寛氏、渡邊夕雅氏、植松育子氏、小野真歩氏、  
亀井みゆき氏、豊田祐子氏、柴田なるみ氏  
(欠席 杉本誠氏、塩見征司氏)  
事務局 鎌倉市市民健康課 石黒課長、押山補佐、門田係長、沖

### 6 議事概要

委員長：定刻となったため、令和7年度 第2回鎌倉市自殺対策計画推進委員会を開催する。  
はじめに事務局から、本日の議事進行に関する留意事項等の説明をお願いしたい。

事務局：本日、●●委員から欠席の連絡を受けており、●●委員と●●委員からは欠席の連絡がないが、委員の過半数が出席していることから、「鎌倉市自殺対策計画推進委員会条例施行規則」第3条2項の規定により、会議は成立していることを報告する。  
また、本日は傍聴の希望はなかった。  
なお、議事録作成のため、本会議を録音させていただくため、ご了承願いたい。  
本日の委員会では、関連各課の令和7年度事業報告及び令和8年度事業スケジュールについて説明し、意見をいただきたい。その後、意見交換をお願いしたい。

委員長：承知した。それでは、次第に基づき、議事を進める。議題1について、事務局から説明をお願いしたい。

事務局：お手元の資料1を参照されたい。

本会議に先駆けて、3月4日に自殺対策計画推進庁内検討会を開催した。  
関連各課における本年度の自殺対策の取組のうち、特に担当課において力を入れて取り組んだ内容や、課題等を報告いただいている。  
この内容を、基本施策1から順に並べたものが資料1である。担当課によっては複数の事業を記載している場合もある。概要について事務局から説明する。

【施策1 情報提供】については、教育指導課、教育センター、警防救急課、地域共生課、生活福祉課の取組が紹介された。

教育指導課では、令和7年6月の「自殺対策基本法の一部を改正する法律」の施行により、こどもに係る自殺対策に社会全体で取り組む方針が明記され、かつ学校の責務を明らかにする、とされたことから、こどもからの相談に対し「待ち」ではなく「能動的」な働きかけを行うよう、教職員の意識転換を図っているとの報告があった。具体的には、中学校においては生徒一人ひとりに対し、年に一回、担任や支援コーディネーターの面接機会を確保し、小学校ではタブレットに「助けを求めるアプリ」を導入し、早期の相談・支援につながるようにしているとのことである。

また、教育センターからは、適応指導教室の運営の中で、孤立感の解消を図っているところだが、不登校児童等への「第3の居場所」としての機能強化が課題であるとの意見を得た。

警防救急課からは、令和7年の自傷行為による救急出動の状況について報告があった。救急要請件数は63件、搬送に至ったのは47件だが、アルコールや薬物の過剰摂取についてはこの中に含まれず、実際にはもう少し多くの対象者がいるのではないかとのことである。搬送時等の機会に「かまくらサポートリスト」の配布も意識しているが、緊急時にそこまで話をするのは現実には難しいとのことであった。

地域共生課からは、各相談窓口において、相談者の安全確保を最優先に相談支援を行っているとのことだが、年々、相談内容の複合化・複雑化が進んでおり、早めの相談の意識づけの課題を感じているとの報告があった。相談を受けた後の関係機関へのつなぎ方の課題やSNSを活用した潜在的な相談者へのアプローチの必要性を感じているとのことであった。

【基本施策2 ゲートキーパーの育成】については、市民健康課を中心に人材育成及び普及啓発を行っている。

R6に引き続き、福祉事業所や団体等での講座の実施、地域の活動団体での講話などを行っている。

本年は、商工課の協力によりPRを行っている「就職説明会」において、GK講座の実施について周知を図ったところ、「鎌倉 紅谷」のリーダー職員研修の一つとして取り入れていただくことができた。

また、江ノ島電鉄(株)の主要駅へのポスター掲示に協力を得られることとなった。これを機に職員向けGK研修などについても引き続き声をかけていきたい。

市民向けGK講座では、新たな取り組みとして、就労世代を主なターゲットとし、休前日の夜間に、大船駅から徒歩数分の会場で講座を開催した。

内容についても「自殺対策」を前面に出すのではなく、聴講者自身のこころの健康づくりにも役立てていただけるよう工夫したことで、会場・オンラインのハイブリッド形式での講座に80人の市民から申し込みがあり、当日の参加者数は68名、85%の出席率となっている。

#### 【基本施策4 医療・福祉との連携】

1月25日に鎌倉生涯学習センターにおいて開催された「福フェス」において、障害福祉課主催の映画上映会を行い、約200人の市民の参加があった。統合失調症の女性と家族のドキュメンタリ

ーで、精神障害やひきこもり、ケアラーなどの複合的な社会課題を考えるきっかけとなる内容であったとのことである。

保健医療福祉の連携については、昨年度に引き続き、鎌倉市医師会病院会看護師長会の協力を得て、コメディカル向けの GK 講座「こころのケアナース」講座をオンラインで開催し、22名の参加を得た。講義の後に、●●委員の協力を得て、第10区民生委員児童委員作成の紙芝居も披露された。地域の住民発信の自殺対策として知っていただくよい機会となったと考える。

参加者の職種としては、確認できる範囲となるが、看護師・リハビリ職・病院事務・ケアマネジャーなどがいたようである。アンケートでは「必要な取り組みであることは理解できる。事務職の人にも聞いてもらいたいが、「ケアナース」という表現のハードルが高いかもしれない」との意見があり、周知方法や集客の課題を感じている。

#### 【基本施策5 勤労者への支援】

商工課の労働相談やメンタルヘルス相談の紹介があった。昨年度と比較し、街頭相談の利用者が増加しているとのことである。

#### 【基本施策6 生きるための支援】

青少年課より、中高生の居場所として展開中の「COCORU かまくら」の紹介があった。中高生の登録者数は420名を超えているということである。自殺対策としてだけの居場所ではないが、年齢の近い大学生サポーターに自身の心境を吐露することなども多いということで、本年度は支援者への GK 講座を実施している。引き続き支援者支援にも力を入れていきたいと考える。

重層的支援体制整備事業として、福祉総務課が委託している Libero かまくらの機能について、令和8年度から直営事業に変更し、庁内各課の連携及び外郭団体との協力による、孤独・孤立対策と地域の居場所づくりに取り組んでいくことになるとの報告があった。

少し異なる角度からの提言としては、地域のつながり課から、地域への情報提供のあり方について意見が出された。

現在、町内回覧板の担当となっているが、近年の自治・町内会への加入率は約70%であり、今後は高齢者であっても、電子媒体を利用した情報受理のあり方も模索していくべきではないかとの意見であった。

#### 【基本施策7 自殺のリスク低下】

生活困窮者等から直接相談を受けることの多い窓口である納税課や生活福祉課、高齢者いきいき課から、相談時の配慮についての発言があった。

いずれの課においても、相談内容によって必要な担当課へのつなぎを心がけているところだが、生活福祉課の相談ケースで、生活困窮の相談の後、保護に至る前に自死をされたケースがあったとのこと、支援者はどこまで支援をすべきなのか、他にできることはなかったのか等、葛藤を抱えながら対応されている印象であった。R8年度のワーキンググループにおける研修等で意見を出し合える機会を持ちたいと考えている。

【基本施策9 こども・若者支援】

こども家庭相談課では、「いのちの教室」「ライフプラン講演会」などを継続して実施しているほか、自殺リスクの高い産後うつへの対策や虐待リスクのある家庭への直接的ケアなどを、子育て包括支援センターを中心に実施している。

教育センターではソーシャルワーカーの配置により、児童生徒と保護者への教育支援を行うとともに、不登校児の家庭への支援の充実として、R8に保護者懇談会の開催を計画中のことであった。

以上で事務局からの説明を終わる。

委員長：事務局の説明に対するご質問、ご意見のある方はお願いしたい。

委員長：基本施策8の「女性支援」が資料に記載されていない。市民健康課でも子育て世代向けの取り組みや女性相談を行っているはずである。資料の構成上、これらをしっかり位置づけて記載すべきである。また、枠組み以外の積極的な取り組みも別途まとめてほしい。

事務局：今回は主な事業に絞って紹介した。5月頃に全体の数値を確定させる際、改めて整理してお示しする。

委員：生活福祉課の評価が「△」なのは、自死された方がいたためと理解した。相談に来るには相応な勇気が必要である。生活福祉課の職員が丁寧な対応していることは承知しているが、今回救えなかった人のようなケースをどうフォローするか、職員自身のケアも含めて検討を進めてほしい。

委員長：私の意見を少し述べさせていただく。

人間が「死にたい」と望むのは、生きる希望を失った状態である。我々はなぜそう思うのか、その理由を多角的に考えないといけない立場にある。

第一に「環境」の視点である。本人の意に反して周囲の期待や強制に押しつぶされるケースは多く、本人が真に望む環境を整えることが極めて重要である。

第二に「考え方の癖」というパーソナリティの視点である。周囲の評価を過度に気にするなど、心理的な側面への配慮が必要である。

第三に、医師として考えないといけないのが「身体的要因」である。特に女性の場合、生理に伴う鉄不足（隠れ貧血）やホルモン異常が精神状態に深刻な影響を及ぼし、死にたい気持ちを誘発することがある。

「環境」「パーソナリティ」「身体的要因」というこれら三つの要素を個別に捉えるのではなく、総合的に調べて整えていくことが肝要である。現在、行政の各部署で様々な取り組みが行われているが、それらを統合し、多面的にアプローチしていくことが、生きる希望を取り戻す

助けになると考えている。

委員：今年度も、行政の各課が連携して様々な施策を総合的に実施していることがよく分かった。資料を読んでいて、特に良いと感じたのが基本施策2-2「ゲートキーパーの育成」である。鎌倉市内の民間企業（鎌倉紅谷）への研修が実施されていたが、これは昨年度にはなかった取り組みであり、非常に評価できる。これまでは医療従事者や介護関係者を対象としたものが中心であったが、民間企業を対象に加えたことは、ゲートキーパーの裾野を広げるという意味で非常に意義深い。ぜひ今後もこの方向で活動を広げて行ってほしい。

また、以前どこかの広報誌で、中央郵便局の職員に対して福祉的な研修を行ったという記事を読んだ。郵便局の配達員は、実際に市民の自宅を訪問する機会が極めて多い。そうした方々がゲートキーパーとしての視点を持つことは非常に重要であり、研修を実施する意味は大きいと考える。紅谷さん以外にも、こうした職種への展開を期待している。

事務局：研修では、現場のリーダー的な立場の方々が非常に真剣に受講していた。企業側が抱える問題は切実で、深刻な事態（入院や休職）に至る前に、現場で早めに気づき、適切な先に繋がりたいという要望があった。研修では「傾聴（アクティブ・リスニング）」を体験してもらい、その大切さは十分に理解いただいたと思う。

一方で、受講者からは「話を聴いた後、具体的にどのように人事や専門機関へ繋ぎ、その人を立て直していけばよいのか」という、いわゆる『出口』の対応に悩む声も聞かれた。状況をすぐに変えることはできなくても、まずは「受け止める」ことの重要性を伝えたが、今後はさらに踏み込んだステップアップ講座などの必要性も感じている。

委員：この研修は先方から申し込みがあったのか、どういういきさつで実施することになったのか。

事務局：商工課が主催する就職説明会というものがあり、そこに人事担当者が集まっていた。相談者が途切れたタイミングを見計らってこちらからゲートキーパー研修の実施を提案したところ、人事の方が快諾してくださったのがきっかけである。

委員：こちらからの働きかけに対して「ぜひ」と言ってくれるのは、非常に良い会社だと思う。結局、会社を円滑に運営しようと考えた際に、現場の課題をどう解決するかが重要になってくる。

事務局：紅谷さんに限らず、人間関係でのつまずきが原因でメンタル不調になるケースが多いようだ。

今回は、人事の方が元々課題感を持っていたところに、こちらがタイミングよく声をかけたかたちである。ただ、実際に営業をしてみて感じたのは、ゲートキーパー研修を自発的にやってほしいと考える人事担当者はまだ少ないということである。同じ提案をしても「預かっておき

ます」と流されてしまうことが多い。むしろ、認知症講座などのほうが、企業には受け入れられやすい傾向にある。

委員：それは、会社側が心の健康よりも認知症に関心があるということか。

事務局：会社側の課題感として、介護の問題のほうが具体的で捉えやすいのかもしれない。一方、心の健康問題については、まだどこか「個人の問題」として捉えられがちで、会社全体で取り組むべき課題として認識されにくいのではないかと感じている。

委員：自分は民生委員をしているが、昨年12月に民生委員・児童委員の一斉改選を実施した。それに伴い、12月から2月にかけて新任委員を対象とした研修を行っているところである。

我々民生委員は、住民からそれほど深く踏み込んだ相談を直接受ける機会はそう多くないかもしれないが、日常の何気ない相談を受けた際に、ちょっとしたアドバイスや適切な対応ができるよう、ぜひ新任研修のメニューの中にゲートキーパー講座を組み込んでいただきたいと考えている。

以前、第10区に来ていただいたことがあったが、非常に好評であった。自分たちが知らなかったことを勉強できたことは大きな収穫であった。

地域の方々を支えるのはもちろんだが、深刻な相談に触れる中で、民生委員自身の心が病んでしまったり、折れてしまったりすることのないよう、早い段階でこうした知識を身につけておくことが重要であると考えている。ぜひ、よろしくお願ひしたい。

事務局：以前行かせていただいたことがある。我々から研修に入り込んでいくこともできるが、調整が難しいこともあり、民生委員側からお声がけいただけると心強い。

## 【議題2 令和8年度事業スケジュールについて】

事務局：令和8年度のスケジュール案について説明する。

推進委員会については、7月の上旬と3月の上旬に開催する予定である。

啓発活動については、8月25日から31日にかけて実施する。例年、自殺予防週間に合わせて行っているが、9月の新学期が始まる前に一度啓発を行うべきではないかとの考えから、今年度は8月末に設定している。

ゲートキーパー養成講座に関しては、令和9年1月30日（土）に開催を予定している。これについては、前回まで本委員会の委員を務めていただいた禅居院のご住職に、場所の提供と座禅体験の実施について相談したところ、快諾を得ることができた。午前中、まず座禅を体験して心を解放し、その後に臨床心理士の先生から「心の健康づくり」についてお話をいただくか、その逆の順序にするかは確定していないが、実施について調整を進めている。

また、鎌倉市・逗子市・葉山町が協力して行っている「生きるを支える実行委員会」については、毎年大規模な講演会の開催を軸に進めてきた。しかし現在、実行委員会において「何を目的とすべきか」という検討が難航しており、一つの壁に突き当たっている状況にある。そのた

め、今年度については、今後どのようなメッセージを伝えていくべきか、あるいは広域連携で取り組める新たな形はないかといった点について、改めて練り直すための期間としたいと考えている。

### 【議題3 情報交換】

委員長：では、これから情報交換をさせていただきたい。

委員：「いきるを支える鎌倉逗子葉山実行委員会」については、鎌倉保健所が事務局を務めている。改めて振り返ると、現在は講演会を開催すること自体が目的化してしまっている面がある。広域で連携することで各市町単独で行うよりも規模の大きな事業は可能だが、あえて「自殺」という言葉を伏せて周知してきた経緯もあり、趣旨が曖昧になっていた。来年度は一度講演会を休み、広域で何をすべきか、そのあり方を改めて検討する年にしたい。

何となく講演会のために集まる組織だったものを、自殺対策の本質のために何ができるかを考えるものにしたいと考えている。

先ほど「営業をかけていくことが大事」という話があったが、保健所でもゲートキーパー研修やアルコール関連の研修を実施可能である。実際、岩瀬中学校からアルコール研修会の声掛けをもらった。これは元々「手洗いチェッカーを貸してほしい」というやり取りから繋がったものである。

また、生活福祉課の自死のケースについてだが、生活福祉課の職員は、受給に至っていない人であってもカンファレンスに足を運んでくれる。何かできなかったかというがなかなか簡単ではないと認識している。

保健所としては、医療機関との連携による未遂者支援を強化したいと考えているが、実際には協力してほしい医療機関がなかなか興味を持ってくれないという壁がある。普段から積極的に取り組んでくれるところは良いが、本来受け入れてほしい機関への働きかけが課題である。

委員長：医療関係者として申し上げたいのは、どこのクリニックに行っても全く同じ対応が受けられるわけではない、ということである。患者の「死にたい」という気持ちをどう汲み取るか、我々は考えていかなければならない。

自殺対策は、精神科的な視点、内科的な視点をトータルに統合して考えていく必要がある。しかし、現在の医療制度の枠組みの中では、それが難しい面もある。

鎌倉では多様な動きがある。先週もメルボルン大学の●●先生が来られた。鎌倉には難民センターがあり、そこで、英語で書かれた森田療法の本を用いて心理療法を実施された。

●●先生は「認知行動療法では治らない」という考えを持っており、森田療法のように「良いものも悪いものもあるのは仕方がない（あるがまま）」という考え方を重視している。

鎌倉は宗教都市であり、人々は何らかの期待を持ってこの地を訪れる。我々はその期待に応えなければならぬ。他都市に比べてこれほど恵まれた資源があるのだから、それを利用しない手はない。地の利を活かした取り組みが極めて重要である。

委員：本日は情報交換の時間を設けていただき感謝する。色々な立場の方の話を聞くことで、自分自身にも新たな気づきがある。

かつて相談業務に携わっていたが、相談に対して明確な答えは出ないものである。ただ、困難の入り口にいる人に対しては、寄り添うことでその人が「生きる力」を取り戻せる場合がある。一方で、症状が進んでしまった方を救うのは非常に難しい。

自分は一市民として、挨拶や声掛けを徹底しようと心掛けている。

この委員会も、鎌倉ならではの取り組みに向かって、互いに分かり合える会であってほしい。現在、改めて傾聴の勉強をしており、人の話を聞くとはどういうことか、ゼロに立ち返って学んでいる。先日、講師の先生が「若い方の中には、目を見て頷かれたり、正面から顔を見て話されたりするのが苦手な人が増えている」と話していた。逆に、あえてスマホをいじりながら話を聞いたところ、相手が「それなら話す気持ちになった」と言ったというエピソードを聞き、目からウロコであった。真摯に話を聞くことの形は一つではないと感じている。

委員長：人が亡くなる前は医療の領域だが、亡くなると宗教の領域に移る。本来は、亡くなる前から宗教と自然にお付き合いができる環境があるのが望ましい。

委員：自殺対策が始まって27年が経過するが、本日の話し合いでよく出てきたゲートキーパー活動は開始当初から地域での取り組みが核となってきた。しかし研修を受けた人が実際活動に参加してもらうためにはフォローアップ研修なり支援者支援の仕組みづくりが必要となる。というのも、ゲートキーパー活動だけでは防ぎきれない死があるからで、そのことを考えると実際の活動に踏み切れないことになる。

相談対応した相手が、不幸にして自死してしまった場合、傾聴支援をした人や家族などの関係者は自分の対応が不十分だったためではないか。など自分を責めることになる。自殺は防ぎうる死といっても、どうしても防ぎきれない自死はある。その意味で、いまだに「自死は語ることでできない課題」「かかわることの難しい課題」である。ただ、傾聴活動の広がり、自殺者減少に貢献していることも事実と思われる。したがって、傾聴活動を広め実践者を増やすためには、その活動の効用と限界の見極めと、つなぎ先としての他の支援資源の充実化を図る必要がある。

ところで、高齢者は孤独・孤立の中で死を選ぶことが多いが、寄り添って話を聞くことによる支援はキャラバンメイトによる傾聴ボランティア活動が行われてきており、そうした活動の広がりが高齢者の自殺率の減少に役立っているものと思われる。その意味でも自殺対策というよりも、生きる支援、心の健康づくりの一環として傾聴活動の輪を広げていく必要がある。

自殺対策は当初の「自殺予防」から「自殺対策」を経て、今では「生きる力を育む」ことへ変わってきた。その結果、かつて自殺を話題にすること自体が難しかった学校でも、今では「生きる力を育てる」という文脈での自殺対策に取り組むことが可能になったし、既に、自殺対策の枠外で、様々な傾聴活動が展開されていることもあると思う。

地域でのゲートキーパー養成には、まず、支援者自身が心の健康づくりやストレスへの対処法などについて知り、そのノウハウを生かして、傾聴支援をすることが望ましい。そして、傾聴



支援のなかで支援者が一人では対処しきれない問題を抱え込んで燃え尽きないようにするためのつなぎ先の整備、地域支援体制の整備が大切になる。例えば、傾聴支援だけでの対応が困難で、まだ地域として十分に組み立てていない自殺未遂者支援体制の整備などは、市町村単独ではなく、県や国の支援体制など、より広域的な仕組みの整備が必要になると思う。ただ、近隣市町村連携の広域支援活動では、「自殺対策」というよりも「生きる力」を育むという目標の枠で今後の取り組み方を検討してもらおうと良い。

ただ、市町村単位での傾聴支援体制づくりには、「フォローアップスキルの研修」や実質的な支援体制整備が大事になってくる。その上で、今、地域の地域住民の一人という立場で自分がどこまでできるのかを再確認し、ゲートキーパー講座の内容をさらに広げていくことが課題である。

委員長：自殺するのは「生きる欲望」がなくなっている状態である。森田療法は、本来人間に備わっている「生きる希望」を呼び起こすものだ。

何が好きか、何に興味があるかは、世代や性別によって全く異なる。その人自身の興味が、生きる欲望に直結する。医療関係者は、往々にして自分たちの都合や理想によって、その人が本当に興味を持っていることから少し外れた方向へ患者を向けてしまう傾向がある。そこは注意しなければならない。

委員：就職を目前にして、健康診断で病気が判明したために内定が取り消された若者の話を聞いた。居住自治体に相談したが、適切な対応をしてもらえず、たらい回しにされたという。周りに頼れる大人がいない、こういった若者がもし鎌倉にいた場合、どう対応できるのか。相談内容が労働問題、差別、法律相談など複合的になった場合、配慮はされたとしても、結局はその人が各窓口を自力で回らなければならないのか。もしくは、その人を一旦すべて受け入れ、一緒にどうしていくか考えるという「理想の形」は可能なのか。鎌倉市としてこのケースにどう対応するのか伺いたい。

事務局：現在、市では「重層的支援体制」の整備を進めている。今までは一つの課で対応できる内容が多かったが、現在は問題が複合化している。

「リベロ鎌倉」という核となる部署が交通整理を行うが、市の中だけで解決できない問題も多い。電話相談だけでは限界があるため、対面での支援を重視したいと考えている。

相談にいらっしゃる方の悩みは、一つに絞れないことがほとんどである。そのため、「暮らしと福祉の相談窓口」において、絡み合った悩みを適切に「分解」し、各専門部署へ繋いでいく。一度繋いだら終わりの関係ではなく、ハブとなる部署が中心となって「切れない関係」を作っていく。どの課が一番濃く関わるべきかを判断し、伴走していく。まだ始めたばかりの体制であり、十分とは言えないが、そういった理想の形を目指している。

委員長：鎌倉市の産業医を務めている立場から言えば、こうした複雑な対応にあたる職員自身のストレスも大きい。

相談に対して「できること」と「できないこと」を明確に伝えたほうが、結果的に話は成立しやすい。しかし、心優しい職員ほど「できない」とはっきり言えずに悩み、自分を追い込んでしまうという側面もある。支援者側のメンタルケアも忘れてはならない。

**【閉会】**

事務局：次回は7月頃の開催を予定している。令和8年度は計画の中間年にあたるため、これまでの取り組みと統計データをまとめ、次年度以降の指針としたい。

委員長：有意義な意見交換であった。相談の入り口を広げ、複雑な悩みを適切に分解して出口へ繋ぐ。支援者自身のケアも忘れず、鎌倉らしい支援を続けていきたい。以上で委員会を終了する。

以上