

子どもの自殺対策プロジェクトチーム会議 次第

日 時 令和7年1月20日（月）10:30～12:00

場 所 県庁本館 特別会議室

1 開 会

2 あいさつ

3 会議事項

(1) 長野県の20歳未満の自殺の現状について【資料1】

(2) 子どもの自殺対策の取組状況について【資料2】

(3) 意見交換

4 閉 会

子どもの自殺対策プロジェクトチーム構成員名簿

R6年度

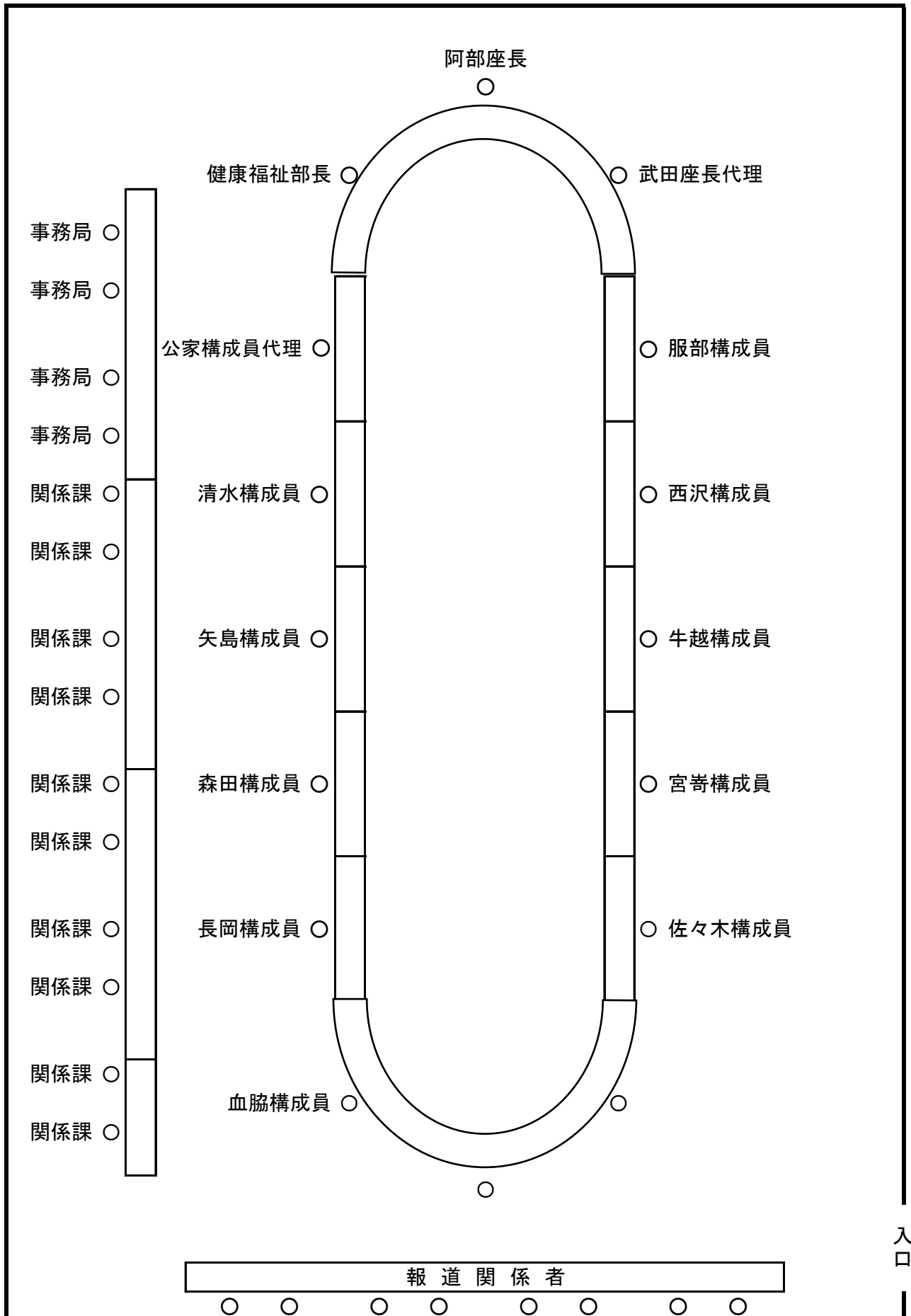
職	氏 名	所属及び職	備考
座 長	阿部 守一	長野県知事	
座長代理	武田 育夫	長野県教育委員会教育長	
構成員	牛越 雅紀	長野県中学校長会副会長 諏訪市立上諏訪中学校長	新
〃	佐々木 尚子	長野県教育委員会スクールカウンセラー (公認心理師・臨床心理士)	
〃	清水 康之	特定非営利活動法人 ライフリンク代表	
〃	血脇 洋恵	中央児童相談所長	
〃	長岡 秀貴	特定非営利活動法人 侍学園スクオーラ・今人 理事長	
〃	西沢 宏	エクセラン高等学校長	
〃	服部 靖之	長野県高等学校長会長 長野県赤穂高等学校長	新
〃	(本田 秀夫) 公家 里依	精神科医師 (信州大学医学部子どものこころの発達医学教室教授) 信州大学医学部附属病院子どものこころ診療部副部長	代理
〃	宮寄 貞子	長野県教育委員会スクールソーシャルワーカー	
〃	森田 舞	コーチングアカデミー長野校校長 ゆめサポママ@ながの共同代表	
〃	矢島 宏美	特定非営利活動法人 子ども・人権・エンパワメント CAPながの代表 長野県教育委員	

五十音順、敬称略

子どもの自殺対策プロジェクトチーム会議 配席図

令和7年1月20日(月)

特別会議室



令和 6 年度
子どもの自殺対策プロジェクトチーム会議

長野県の20歳未満の自殺の現状

令和 7 年（2025年）1月20日
長野県健康福祉部保健・疾病対策課

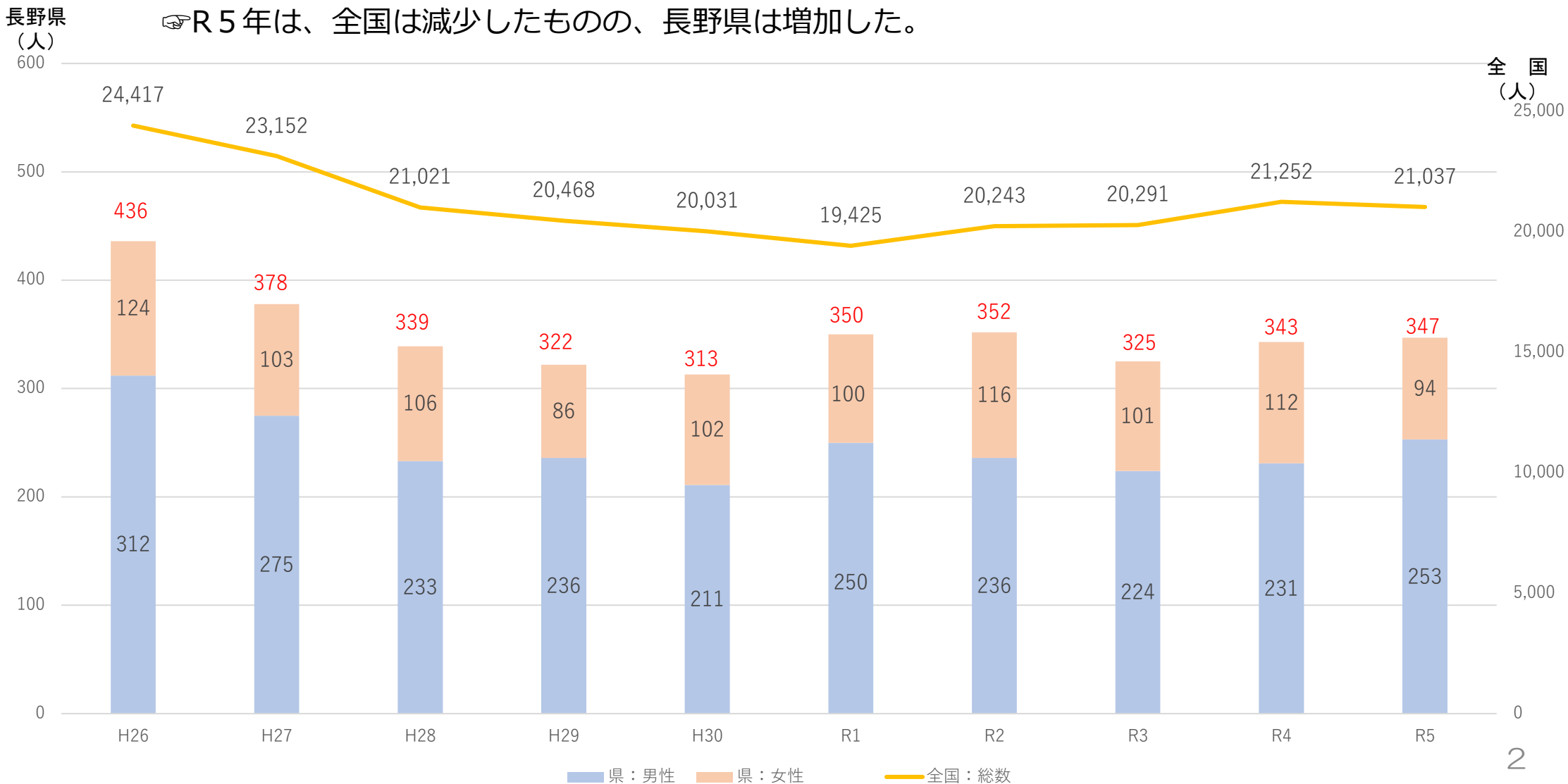
長野県の自殺の現状（全体）

出典：人口動態統計（厚生労働省）

① 全体の自殺者数の推移

☞自殺者数は、H30年までは減少傾向だったが、長野県はR1年から、全国はR2年から増加に転じ、その後は高止まり傾向である。

☞R5年は、全国は減少したものの、長野県は増加した。

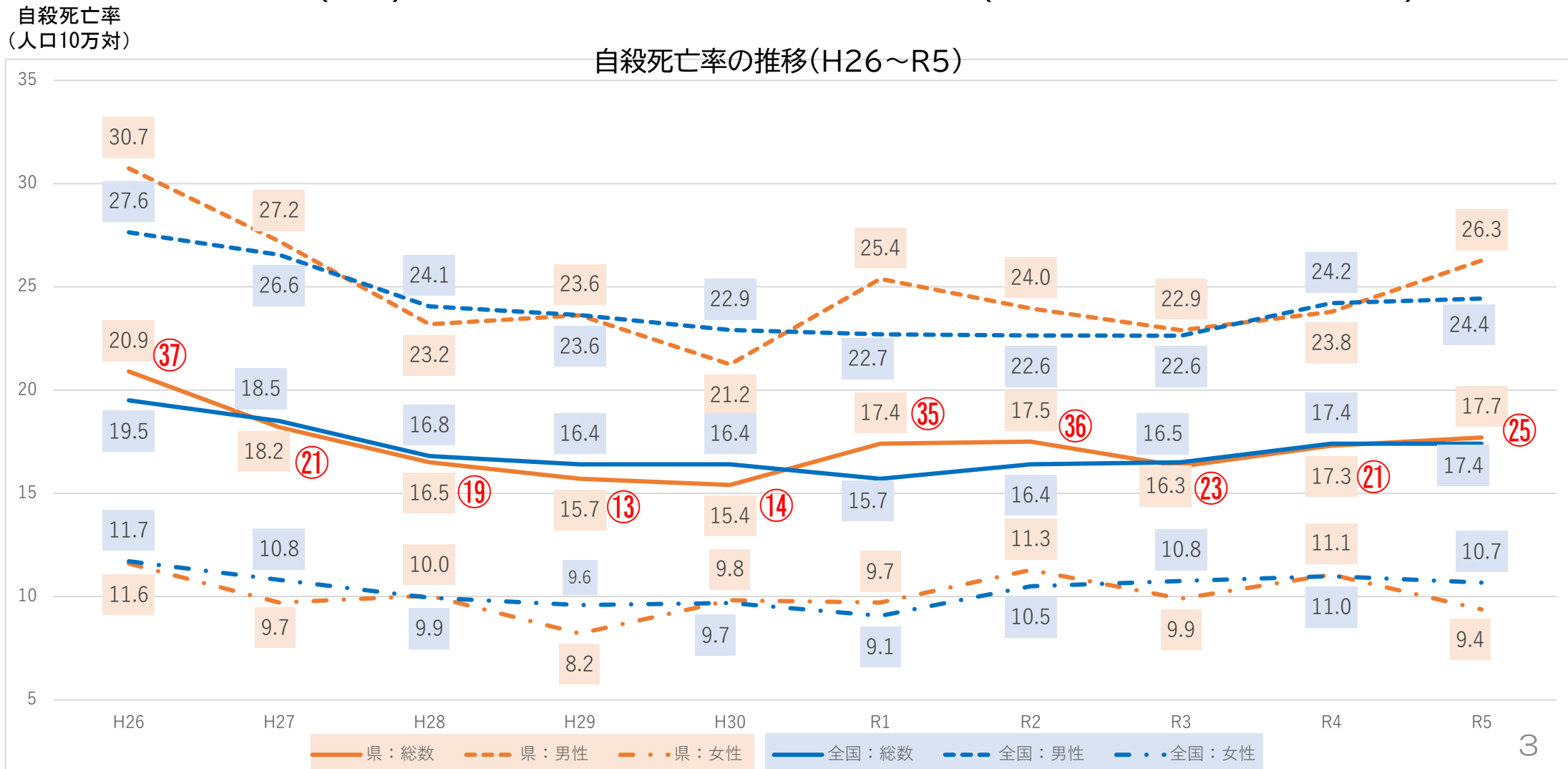


長野県の自殺の現状（全体）

出典：人口動態統計（厚生労働省）

② 全体の自殺死亡率（人口10万人当たり）の推移

- ☞ 自殺死亡率は、H30年までは減少傾向だったが、長野県はR1年から、全国はR2年から増加した。
- ☞ R3以降の長野県の自殺死亡率は、ほぼ全国と同様の状況にある。
- ☞ 自殺死亡率(総数)は、R4の21位からR5は25位となった。（○数字:全国低い方からの順位）

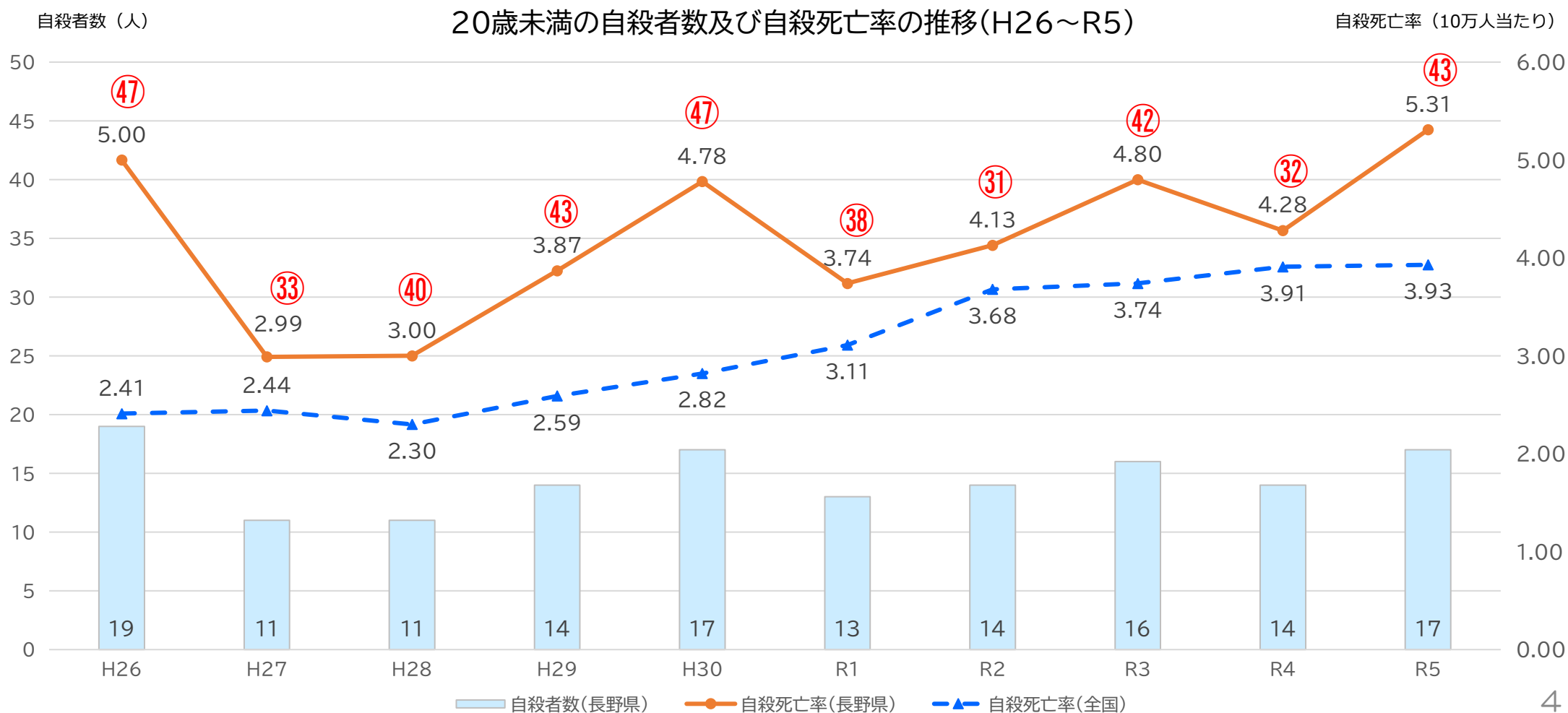


長野県の自殺の現状（20歳未満）

出典：人口動態統計（厚生労働省）

20歳未満（単年の推移）

- ☞ R5年の自殺死亡率は、全国では微増傾向にあるが、長野県では1.07ポイントの増となった。
- ☞ 自殺死亡率の全国順位は令和4年は前年の32位から44位となっている。（○数字:全国低い方からの順位）



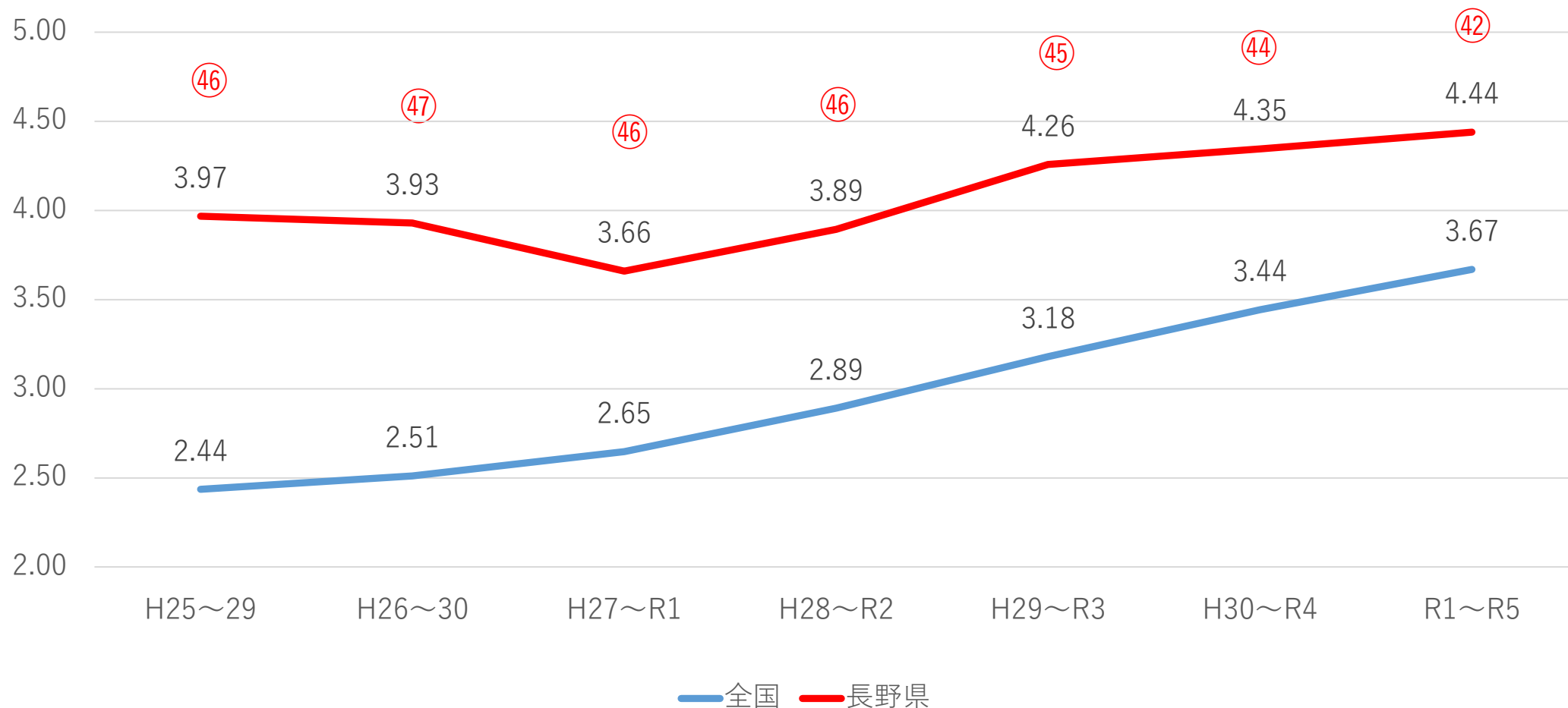
長野県の自殺の状況（20歳未満）

出典：人口動態統計（厚生労働省）自殺者数と人口推計（総務省）各年10月1日現在人口から独自に算出

20歳未満（5年平均の推移）

- ➡ 5年平均の自殺死亡率は、全国的に大きく増加しているため、本県も増加したものの、全国との差は縮まった。
- ➡ 令和5年までの自殺死亡率は、前年までの44位から42位となっている。（○数字:全国低い方からの順位）

20歳未満の自殺死亡率（5年平均）の推移



長野県の自殺の現状（20歳未満）

出典：少年非行の概況（長野県警、発見日・発見地ベース）
警察庁自殺統計原票データより厚生労働省作成

20歳未満（職業区分別）

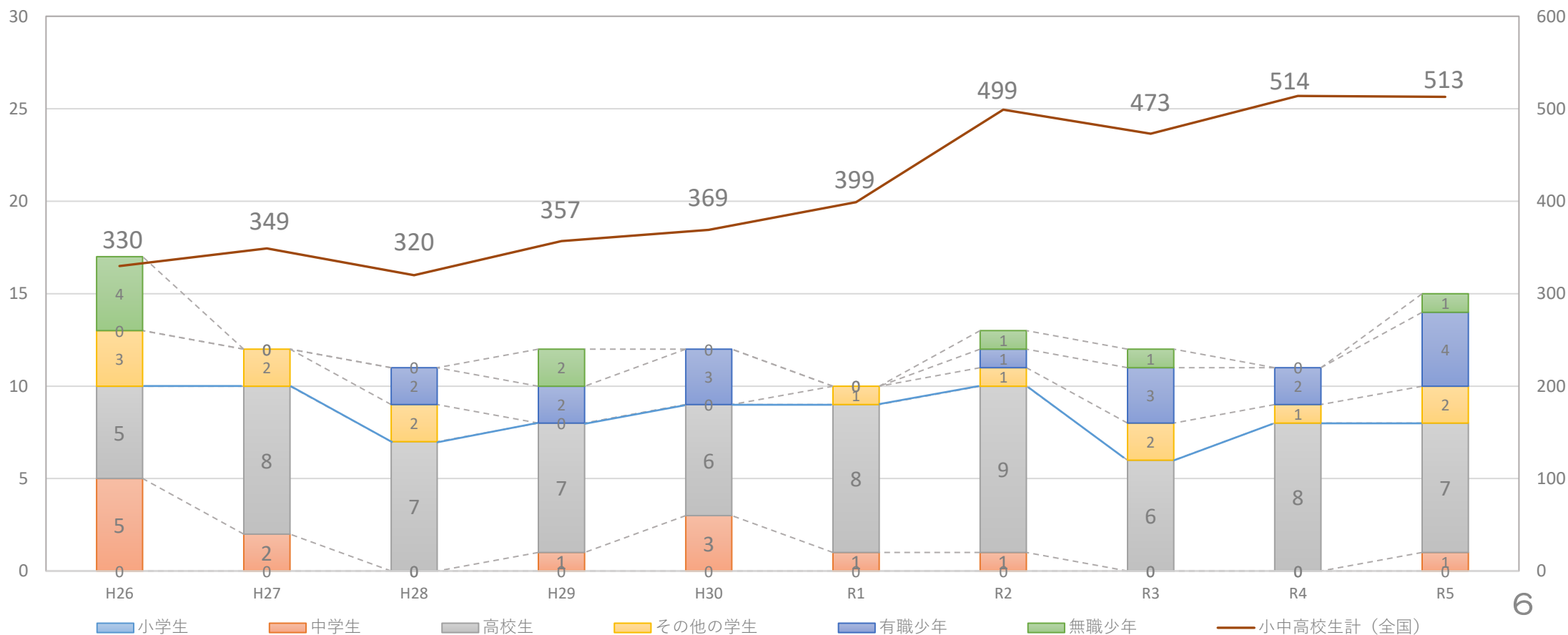
☞全国においては、小中高校生の自殺者数がR4年に514人（出典：（発見日・発見地））と過去最多となったが、R5年も513人となるなど、増加傾向にある。

☞本県では、小中高生の自殺者数は横ばい傾向にある。

20歳未満の自殺者数及び自殺死亡率の推移(H26～R5)

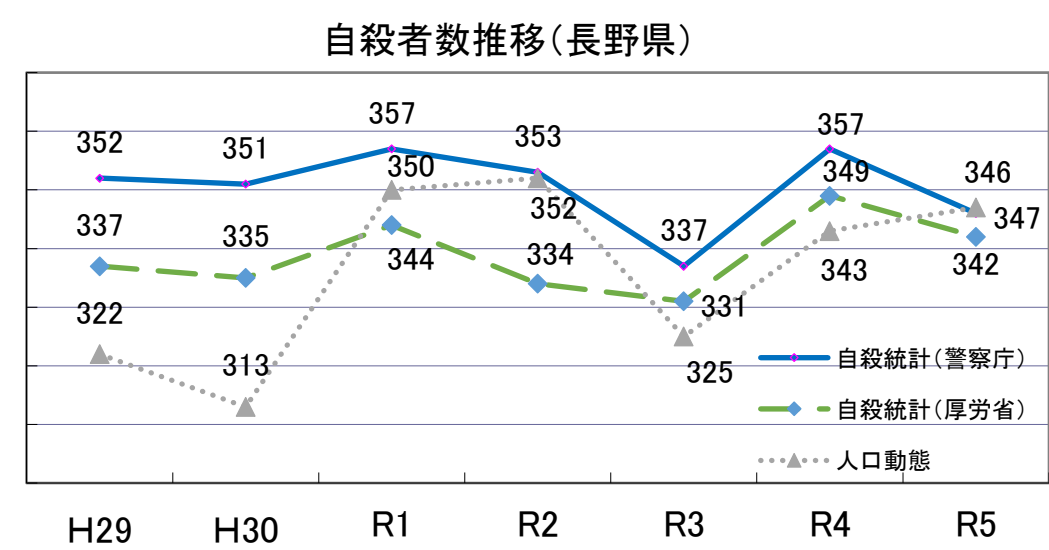
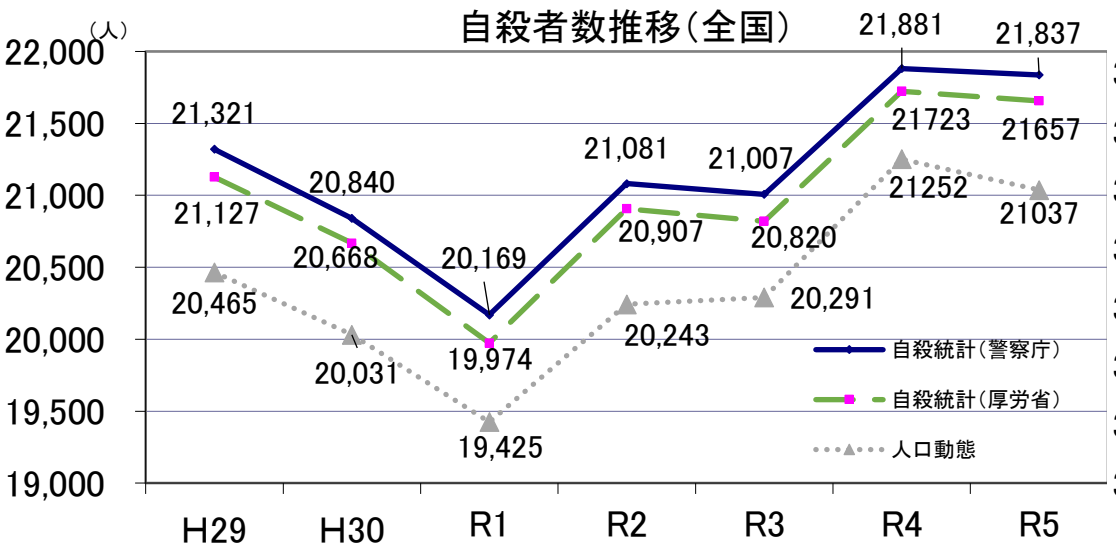
自殺者数（人）

小中高生の自殺者数（人）



参考：統計データの違い

区分	自殺統計		人口動態統計
	警察庁	厚労省 (地域における自殺の基礎資料)	
県の取扱	最初に把握できる年間数値	詳細な状況把握可(分析に使用)	県の公的データとして使用
基準	発見日・発見地	自殺日・住居地 (住民票の有無に関わらず住んでいる場所)	自殺日・住所地 (住んでいる場所に関わらず住民票がある場所)
		※住民票を長野県におき長野県外に居住し大学に通う学生	
		長野県の統計には含まない	長野県の統計に含む
外国人	含む	含む	含まない
速報値公表	1月中旬	毎月暫定値公表 (年間暫定値2月初旬)	6月初旬
確定値公表	3月中旬	3月	9月中旬
集計可能項目	年齢、性別、職業、原因・動機、未遂歴の有無等	年齢、性別、職業、原因・動機、未遂歴の有無等	年齢、性別
その他特徴	・自殺が頻発する場所がある都道府県は件数が多くなる傾向 ・市町村別のデータあり ・別途申請でより詳細な項目のデータ取得可(特別集計)	・市町村別のデータあり ・別途申請でより詳細な項目のデータ取得可(特別集計)	・国の自殺総合対策大綱で自殺死亡率の数値目標として使用 ・保健所圏域ごとのデータあり



第4次長野県自殺対策推進計画 ～「誰も自殺に追い込まれることのない信州」を目指して～

【計画期間】令和5年度(2023年度)～
令和9年度(2027年度)【5年間】

数値目標

- 自殺死亡率(人口10万対) 12.2以下
・国目標 13.0以下 (R8)
- 20歳未満の自殺 ゼロ

基本方針

- 「生きることの包括的な支援」としての対策
・自殺はその多くが追い込まれた末の死である
・その多くが防ぐことができる社会的な問題である
- 関連施策との有機的な連携を強化した全庁的取組
・生活困窮者自立支援制度、孤独・孤立対策、子どもへの支援策、
地域共生社会の実現に向けた取組、発達障がい等障がい者支援施策等
- 対応の段階に応じたレベルごとの対策の効果的な連動
・事前対応・危機対応・事後対応

基本施策

- 市町村等への支援強化と地域のネットワーク構築
・市町村や関係機関への支援と連携
- 自殺対策を支える人材の育成
・早期発見のためのゲートキーパーの養成
・自殺対策に関する人材の確保と資質の向上
- 自殺対策に関する情報提供・理解促進
・自殺対策の適切な情報提供と理解促進
・適切な自殺報道の促進
- 生きる支援に関する県事業の推進
・様々な背景を持つ人への「生きる支援」
- 効果の進捗確認

様々な生きる
支援関連施策

- 既存の研修等と連携した生きる支援（自殺対策）の推進
- 気づきのための人材育成（ゲートキーパー研修の受講推奨）
- 包括的な生きる支援の情報（相談先一覧等）の提供
- 様々な分野での啓発の機会を活用した自殺対策の理解促進

施策の体系

基本方針

資料2

基本施策

【自殺対策の基盤的な取組】

重点施策

【自殺ハイレスク層に焦点を絞った取組】

低 自殺のリスク 高

様々な生きる支援関連施策

【県事業の様々な分野における生きることの包括的な支援の取組】

○ 実践と啓発を両輪とする対策

- ・自殺は「誰にでも起こり得る危機」という認識の醸成

○ 関係者及び県民の役割の明確化とその連携・協働・共創

- ・行政機関、関係団体、民間団体、企業、県民等

○ 新 自殺者等の名誉及び生活の平穏への配慮

○ 新 新型コロナウイルス感染症の影響を踏まえた配慮

重点施策

○ 拡 子ども

- 子どもたちが生き生きと暮らすための支援
・子どもの居場所づくり
・子どもたちの生きる力を高めるための支援
- 自殺のリスクを抱えた子どもを支える体制の構築
・自殺のリスクが高まることを予防する取組
・自殺のリスクが高い子どもへの危機介入 等

○ 生活困窮者

- 生活困窮者を支える仕組みの構築
・地域の支援者とのネットワークの構築
・生活困窮に関する相談の実施 等

○ 働き盛り世代

- 職場環境の改善
・職場におけるメンタルヘルスの推進・ハラスメント防止への支援
・長時間労働の是正への支援
・労働に関する相談の実施 等

○ 新 自殺未遂者

- 自殺未遂者や家族を支える仕組みの構築
・自殺未遂者の精神科医療へのつなぎ
・自殺未遂者を支援するネットワークの構築
・自殺未遂者やその家族等への相談体制の充実 等

- あらゆる分野での広報・啓発の強化
- 調査・分析結果の活用
- 既存の生きることの包括的な支援の継続
- その他、様々な「生きる支援」との連動

子ども等自殺対策強化事業

保健・疾病対策課

子どものステージ	普及・啓発・予防	発見	対応
元気な子 	• 若者との共創によるワークショップ • 子どもたちに生きる力を与える講演会 • ソーシャルスキルトレーニング • 自殺未遂者やうつ病経験者等による講演会	• RAMPS(高校等10校でモデル実施) ➡隠れ高リスク者を見つける • アセス(県立高校約9割で実施) ➡学校や家庭環境の問題を見つける	➡元気に見える子の中の高リスク者を探し出す ➡隠れ自殺リスク者を積極的に「自殺危機対応チーム」へ繋ぐ
ちょっと元気がない 	• SOS の出し方・受け方に関する教育(小中高の実施率92.8%) • 子どもの居場所の整備(信州こどもカフェ、フリースクールなど)(居場所があると感じる人50%)	• リスティング広告 • LINE 相談 • 電話相談 • 教員向け予防研修	• スクールカウンセラー事業(112人配置) • スクールソーシャルワーカー事業(41人配置) ➡隠れ自殺リスク者を積極的に「自殺危機対応チーム」へ繋ぐ
落込み、絶望 		• スクールカウンセラー事業(再掲) • スクールソーシャルワーカー事業(再掲)	➡直ちに対象者を「自殺危機対応チーム」へ繋ぐ

「長野県子どもの自殺危機対応チーム」の概要

1 子どもの自殺危機対応チーム

令和元年10月に設置され、学校等の地域の支援者に対して、多職種の専門家による助言、必要に応じてチームによる直接支援を目的としたチーム

2 構成

コアチーム [11名]	地区チーム
○精神科医 ○心理士 ○精神保健福祉士 ○弁護士 ○自殺対策NPO法人 ○インターネット専門家	各職種2～3人 (自殺対策NPO法人、インターネット専門家メンバーは、R5以降必要に応じ地区チームに参加)

3 主な支援対象者

未成年者のうち、「自殺未遂歴や自傷行為の経験がある」「自死遺族」「自殺のほのめかしがあり自殺の可能性が否定できない」者等自殺のリスクが高いケース

4 支援要請件数

令和6年12月末現在 50件 [自殺者はゼロ]

校種	人数	割合	1年	2年	3年
高校	37	74.0%	11	13	13
中学	13	26.0%	2	5	6

性別	人数	割合
男	15	30.0%
女	35	70.0%

「SOSの出し方に関する教育」の概要

1 SOSの出し方に関する教育

自殺対策基本法に努力義務として実施が定められており、文部科学省及び厚生労働省から、各学校や地域の実情を踏まえつつ、毎年1回以上実施するなど積極的に取り組むよう通知されている。

2 令和5年度実施状況

	実施学校数	未実施学校数	実施率	R4実施率
小 学 校	335	17	95.2%	93.6%
中 学 校	177	8	95.7%	92.0%
公立高校	85	17	83.3%	84.3%
私立高校	15	7	68.2%	57.1%

3 活用した授業時間

	学級活動	体育（保健）	道徳	複数教科	その他
小 学 校	29.0	29.8	5.1	26.0	10.1
中 学 校	70.3	6.3	12.0		11.4

	ホームルーム	保健体育	学年集会	その他
公立高校	54.0	12.6	16.1	17.2
私立高校	68.8	18.8	0.0	12.6

「信州みらい会議」参加者からの提言（R5）に対する対応

保健・疾病対策課

提案内容	主な項目	主な対応内容	担当課／対応状況
○タブレット端末を活用した居場所づくり	・手軽に現実逃避できる「どこでもドア」	・生きるのがしんどいあなたのための Web 空間「かくれてしまえばいいのです」(ライフリンク) の周知	実施
	・オンライン学習システム	・高校生の学びの継続施策の実施	学びの改革支援課 心の支援課／実施
○相談アプリ「ASK」	・AI チャットで悩みを伝える ・AI が望ましい相談先を提示	・リスティング広告の実施	保健・疾病対策課 ／実施
○大人と子どもの橋渡しプロジェクト	・大人と子どもの相互理解促進のためのワークショップ	・ソーシャルスキルトレーニング (CAP ながの) の実施	心の支援課／実施
○「すくすくアプリ」「ワークショップ」 「先生たちって大変じゃん？」	・すくすくアプリ (親向け)	・のびのびトイロ (信州大学医学部) の周知	実施
	・保護者向けワークショップ ・教員向けサポート施策	・ソーシャルスキルトレーニング (CAP ながの) の実施 (再掲)	心の支援課／実施
○生徒と教員が相互に学び、目指すべき 「学校のあり方」	・児童生徒にとって居心地の良い環境にするためのアイデア	・校則の見直し ・スクールカウンセラーの増員	心の支援課／実施
	・教員の負担軽減やより適切な対応を学べるための施策	・教員の働き方改革など	教育委員会／対応中
	・児童生徒と教員の相互理解の施策		未実施

「若者との共創によるワークショップ」子ども・若者からの提案

主な提案	主な項目	主な対応内容	対応状況
○24LINE+オンラインサードプレイス	・匿名のオンライン上の居場所	・生きるのがしんどいあなたのための Web 空間 「かくれてしまえばいいのです」(ライフリンク) の周知 (再掲)	実施
○大学生生活用プロジェクトチーム	・心理学を学んだ学生をメンター的に活用	・LINE 相談「ひとりで悩まないで@長野」における大学生の参加 (ピアデイ)	心の支援課／実施
○きれいな「東横」を作ろう	・宿坊や空き家を活用して、何となく夜中に集まれる居場所を作る	・生きるのがしんどいあなたのための Web 空間 「かくれてしまえばいいのです」(ライフリンク) の周知 (再掲)	実施
○令和の未成年の主張	・オンラインイベントのアバターで「これうざい!」「これは嫌!」と叫ぶ	・生きるのがしんどいあなたのための Web 空間 「かくれてしまえばいいのです」(ライフリンク) の周知 (再掲)	実施
○かけこみ寺	・死にたくなった時にアポなしで駆け込める場所を作る		未実施
○サボり方教室	・スクールカウンセラーや養護教諭と一緒に ① 1年間頑張ること ② 手を抜くこと ③ 自分のさぼり場所 を考える		未実施

長野県の「こどもの自殺対策」に必要なこと

1) 「自殺リスクを抱えた子（抱えていると思われる子）」への適切な支援（学校＋地域の連携）

→「子どもの自殺危機対応チーム」による支援者支援

→しかし、これだけでは不十分であることは、長野県内の児童生徒の自殺者数が減少していないことが証明している

▼「危機対応チームの支援対象となっている児童生徒」と「実際に自殺で亡くなっている児童生徒」との属性等の比較が必要（自殺の実態分析）

▼それらの重なりがない部分については、別途対策が必要となる（戦略を立てるためには実態把握・検証が必要）

2) 「ノーマークの子」の中から「自殺リスクを抱えた子」をどうやって見つけるか

→JSCP の分析により、自殺で亡くなった児童生徒の 44%が「以前と変わりなく出席」

→自殺の危機に周囲が気付いていたのは 18%。21%は「何の変化にも気づかなかった」。

→自殺のリスクが高まるほど周囲に助けを求めなくなるという調査研究もある。

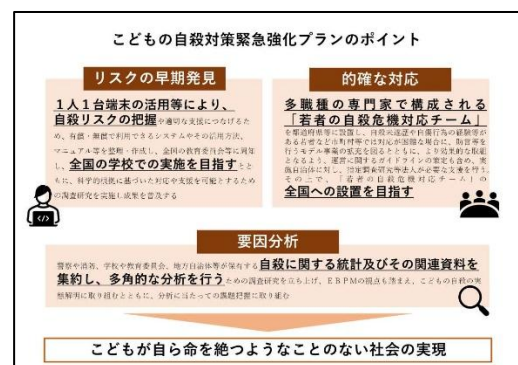
→一方で、「希死念慮」や「自殺念慮」について直接聞けば答えてくれる子も少なくない。

3) 「一人一台端末の活用等による自殺リスクの把握」が重要

→こどもたちが「言いづらいこと」を言うのを助け、教職員が「聞きづらいこと」を聞くのを助ける（死にたい気持ちをタブー視しない。「話してもいいんだよ」のメッセージにもなる）。

→せっかく RAMPS が導入されているのに、長野県では、ほぼ活用されていないのではないか。

→新潟県などではすべての高校での導入が進められている。「ノーマークの子」を支援につなげる実績が全国で積み上げられている。



4) 都城市では、教育長の決断で「かくれてしまえばいいのです」をインストール



教育現場における活用事例： 宮崎県都城市では、「こどもの自殺対策」の一手として、市内の公立小・中学生に支給している全タブレット端末に「かくれてしまえばいいのです」をインストールしている。都城市教育委員会の児玉晴男教育長が、「『SOS の出し方』の教育を実施しているが、それでも SOS が出せない子どもも多くいる。そういう人の気持ちを受け止める場になるのではないかと導入を決めた。毎月、都城市内から 100 人以上の利用アクセスがあり、その多くが児童・生徒であると思われる。