



SAFE COMMUNITY TSURU CITY

都留市
セーフコミュニティ
安全・安心

心の健康対策委員会





発表日　2026年10月30日（金）

発表者　心の健康対策委員会

委員長　弓指　恵子

設置の背景

①自殺発生率について、県や国に比べて都留市は高い。

②20代から60代までの外傷による死亡原因の1位が「自殺」となっている。

③「自殺・暴力・虐待の予防活動を地域で取り組んでいるか」の調査結果で、実際に地域活動に現在取り組んでいる市民は、1割に満たない。

背景①『自殺発生率の推移』

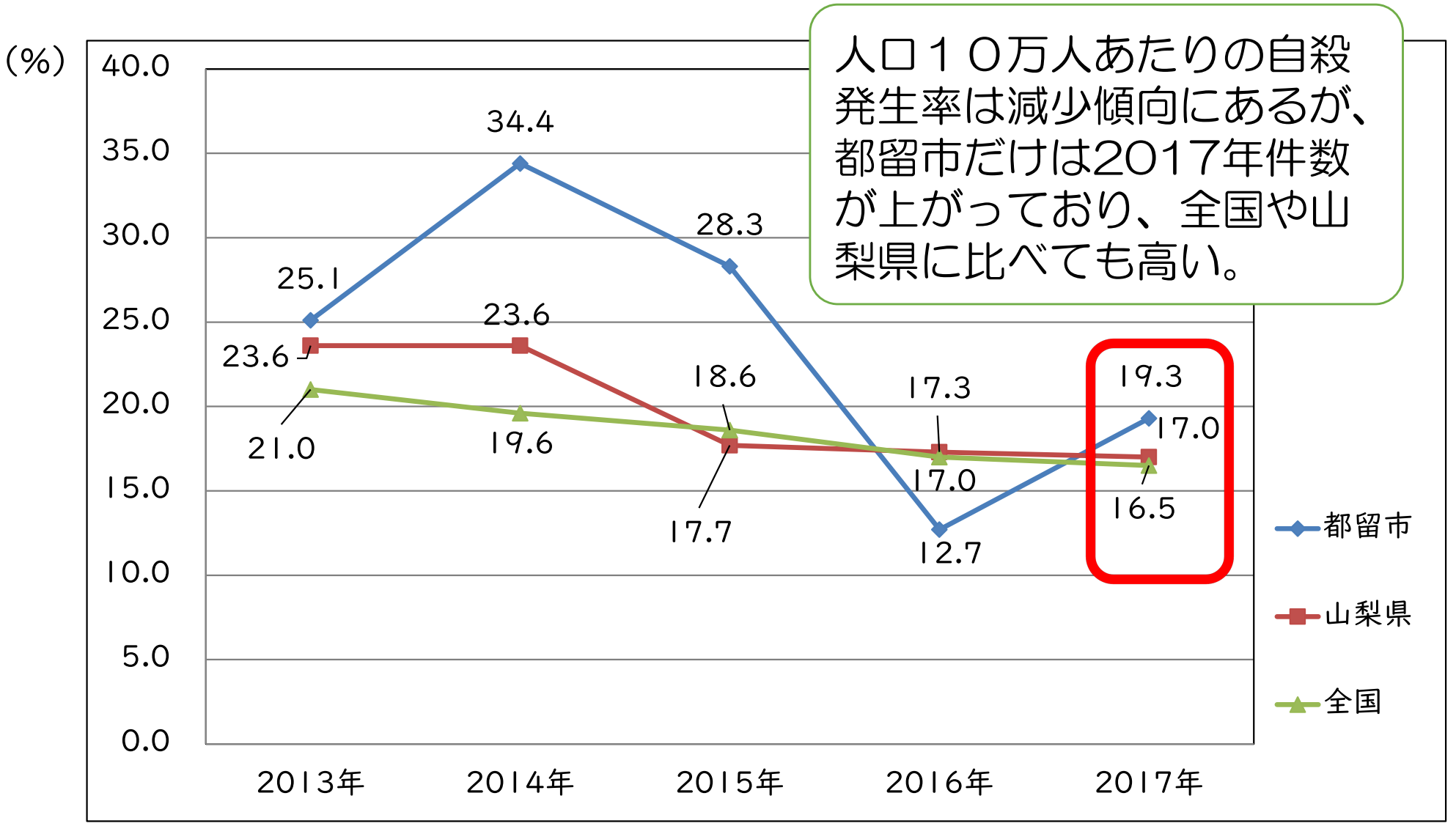


図１　人口１０万人あたりの自殺発生率）2013~2017）

出典：人口動態統計

背景②『外傷による死亡原因』

表２　外傷による死亡 年齢層別発生状況(2012～2017年の合計)

年齢	1位	2位	3位	4位	5位
0～9歳					
10～19歳	交通事故 転倒・転落　（各1人）				
20～29歳	自殺（6人）	交通事故（2人）	不慮の溺死及び溺水（1人）		
30～39歳	自殺（3人）	不慮の溺死及び溺水 その他の外因（各1人）			
40～49歳	自殺（8人）	交通事故 有害物質による不慮の中毒及び曝露 その他不慮の事故 その他の外因（各1人）			
50～59歳	自殺（7人）	交通事故 転倒・転落（各2人）	不慮の窒息 その他不慮の事故（各1人）		
60～69歳	自殺（9人）	不慮の窒息 その他不慮の事故（各3人）	交通事故（2人）	不慮の溺死及び溺水 その他の外因（各1人）	
70～79歳	不慮の溺死及び溺水（4人）	交通事故 その他不慮の事故 自殺（各3人）	煙，火及び火炎への曝露 （2人）	不慮の窒息 その他の外因（各1人）	
80～89歳	転倒・転落（9人）	不慮の溺死及び溺水（8人）	不慮の窒息（6人）	自殺（5人）	不慮の溺死及び溺水 煙，火及び火炎への曝露 その他不慮の事故 その他の外因（各1人）
90～99歳	転倒・転落（6人）	不慮の窒息（3人）	その他不慮の事故 その他の外因（各2人）	不慮の溺死及び溺水 煙，火及び火炎への曝露 自殺（各1人）	

２０歳から６９歳までの死亡原因は、『自殺』が１位。
特に、これらの年代では『自殺』が６割以上を占めている。

出典：人口動態統計

背景③『安全・安心のための取り組みをしているか

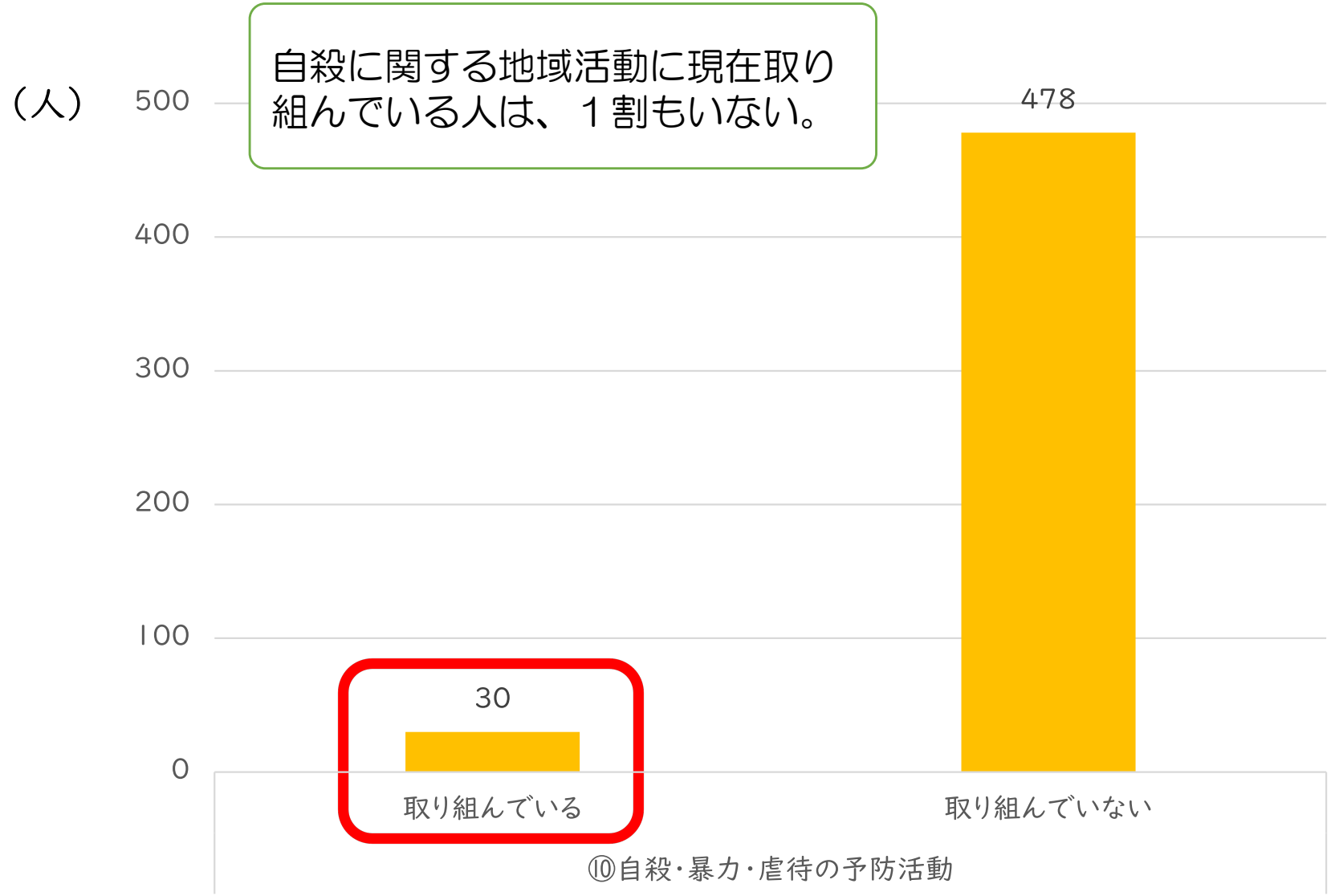


図３　安全・安心のための取り組みをしているか(市民意識調査)

出典：安全・安心なまちづくりアンケート2018（都留市役所 地域環境課）

対策委員会の構成

区分	団体 ・ 組織名	
住民組織 民間団体等	NPO法人むつみの会（精神の病気や障害を抱える当時者やその家族の支援を行っている団体）	都留青年会議所
	都留市社会福祉協議会	都留市商工会
	都留市経営者連絡協議会	ハローワーク都留
	公募（大学生・社会人）3名	
行政機関	大月警察署生活安全課	
	都留市（健康子育て課・長寿介護課・企画課都留文科・産業課・福祉課）	

データに基づく問題

①心の病気に気づかない、心の病気を知らない人が多い

②心の病気を抱えていても相談できない、
　心の病気に気づかれたくない人が多い

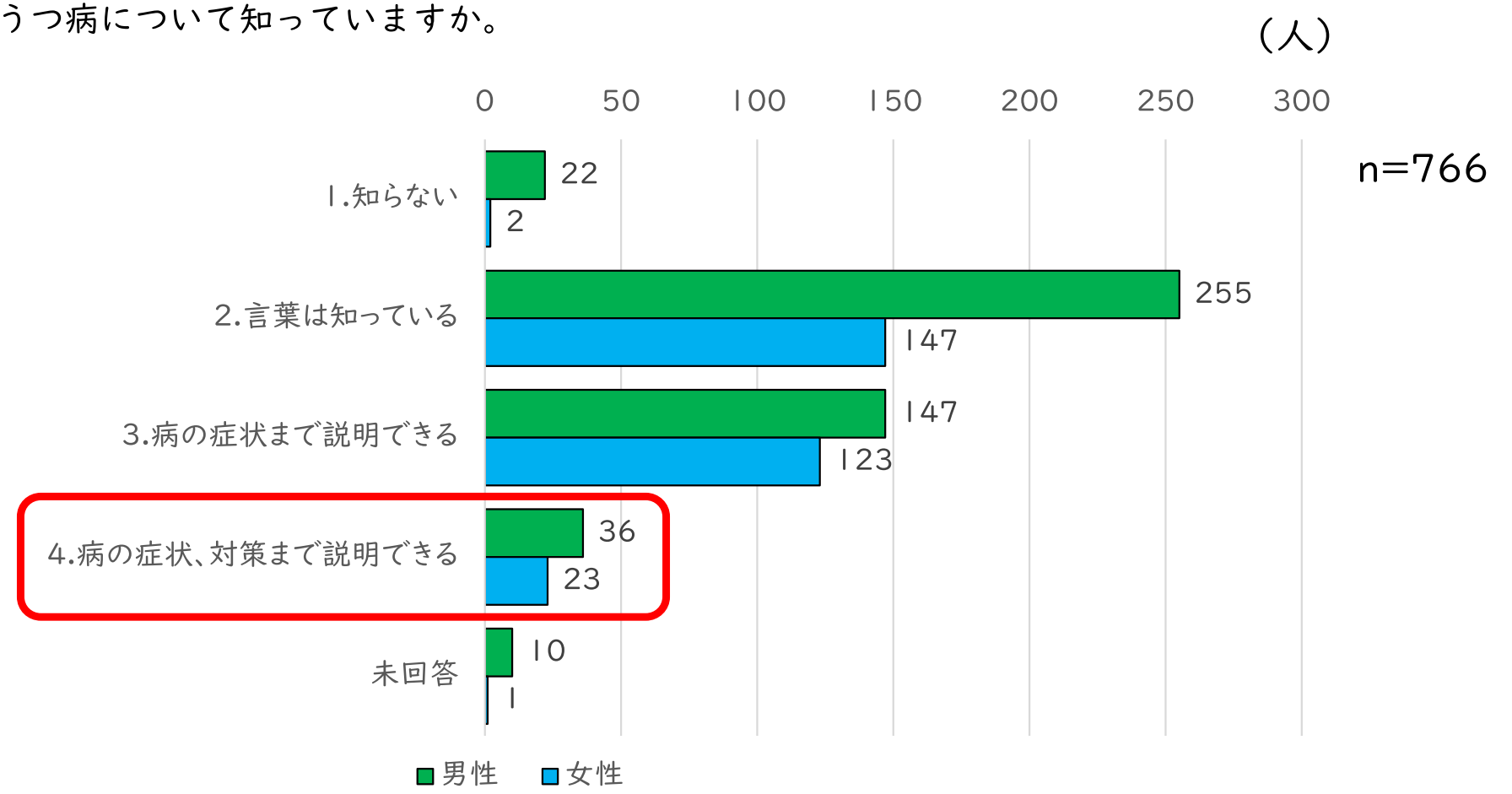
③20代（若者）の心を病む人・自殺者が多い

④40～60代（働き盛り世代）の心を病む人・自殺者が多い

問題の背景（次ページ）

問題①
心の病気に気づかない、心の病気を知らない人が多い

図４　うつ病について知っていますか。

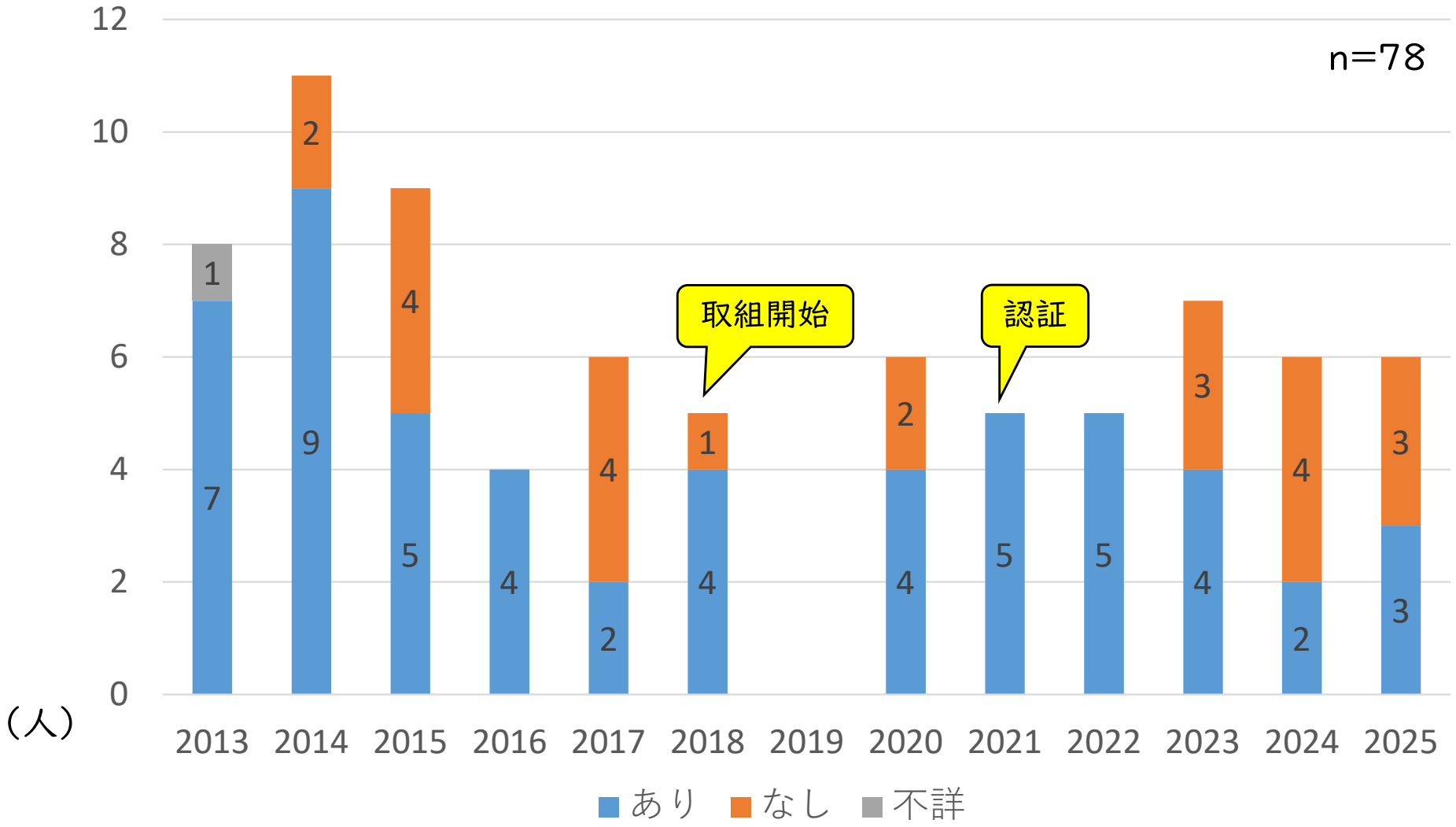


出典　経営者連絡協議会アンケート調査（2019）

心の病気の対策まで知っている人は少ない

問題①
心の病気に気づかない、心の病気を知らない人が多い

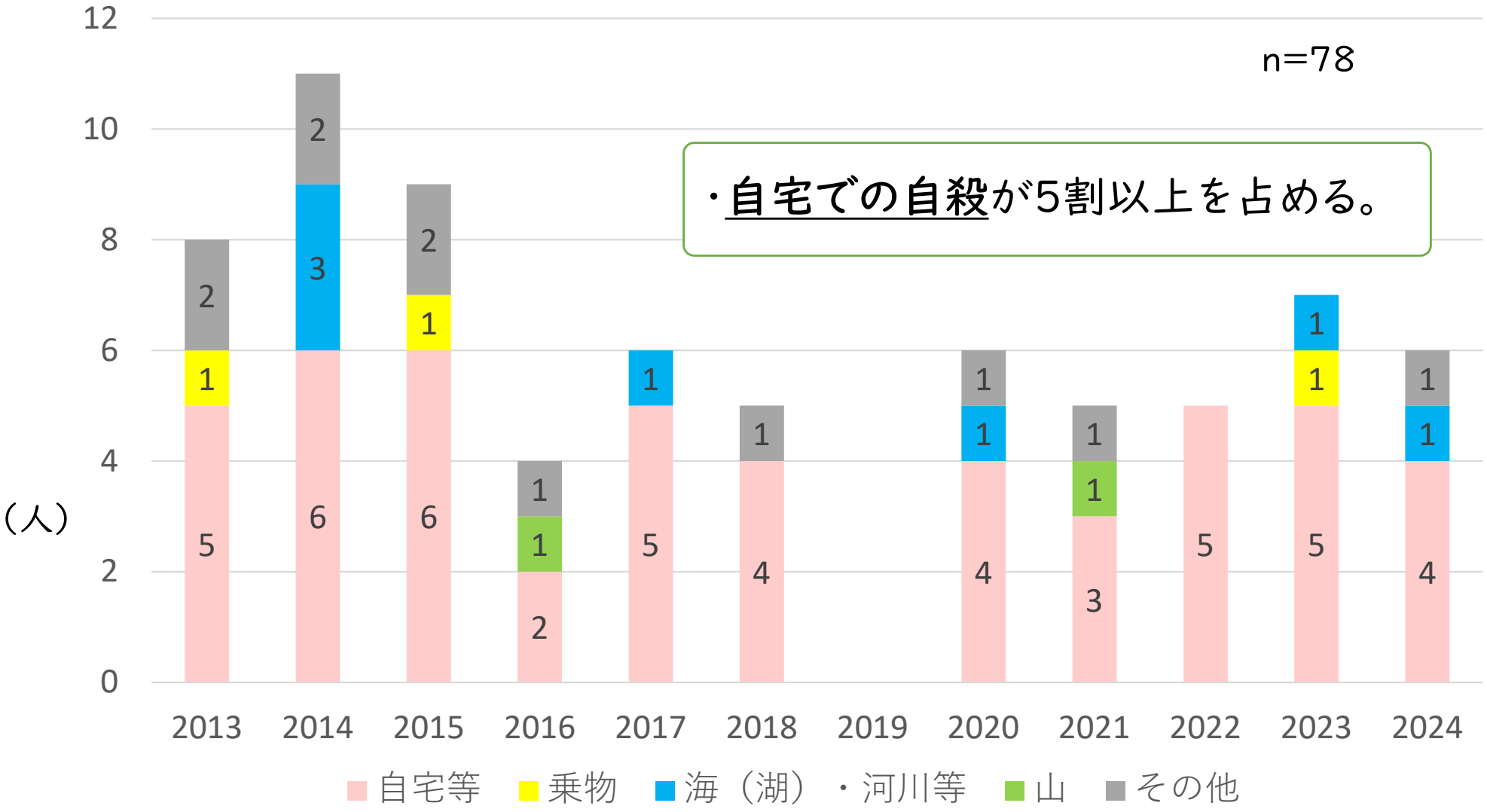
図5 自殺者の同居者の有無（2013～2025年の合計）



出典　自殺の基礎資料（厚生労働省）

問題①
心の病気に気づかない、心の病気を知らない人が多い

図6 自殺者の場所別状況（2013～2025年の合計）



出典　自殺の基礎資料（厚生労働省）

問題②　心の病気を抱えていても相談できない
心の病気に気づかれたくない人が多い

図7　あなたは悩みのあるときに誰かに
相談しますか？

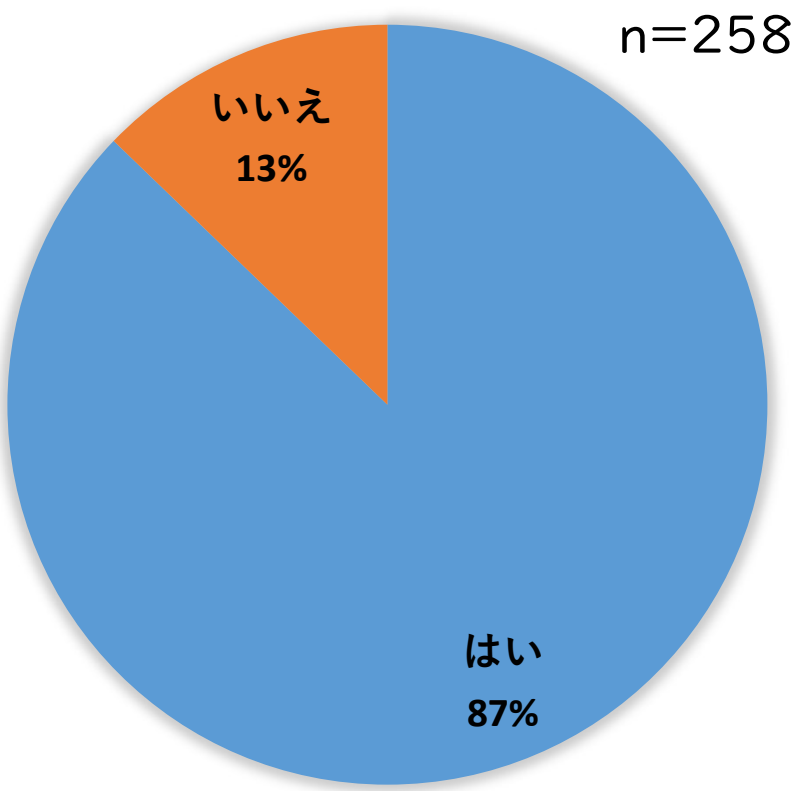
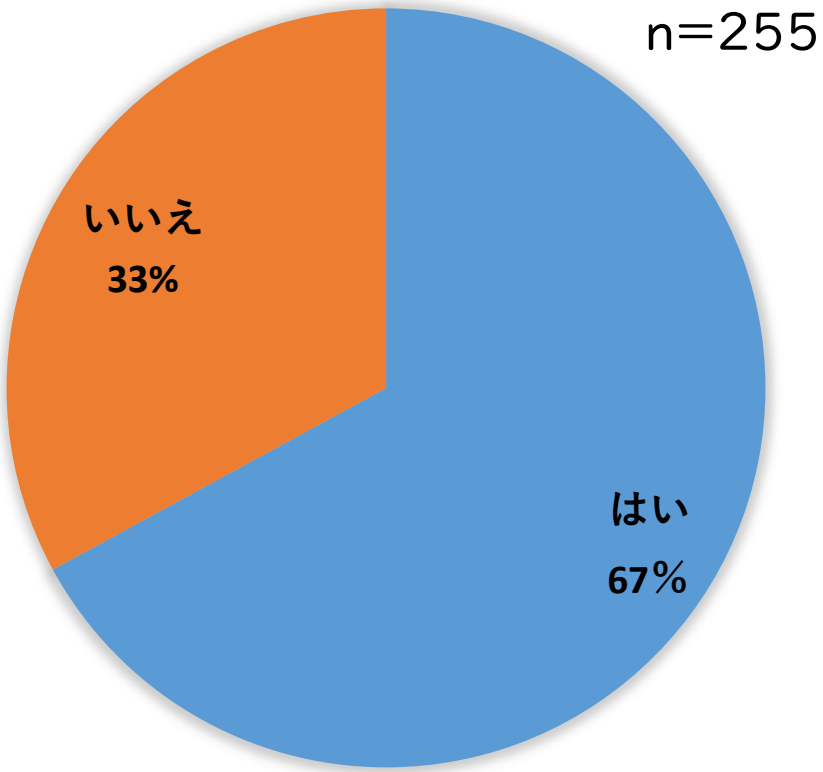
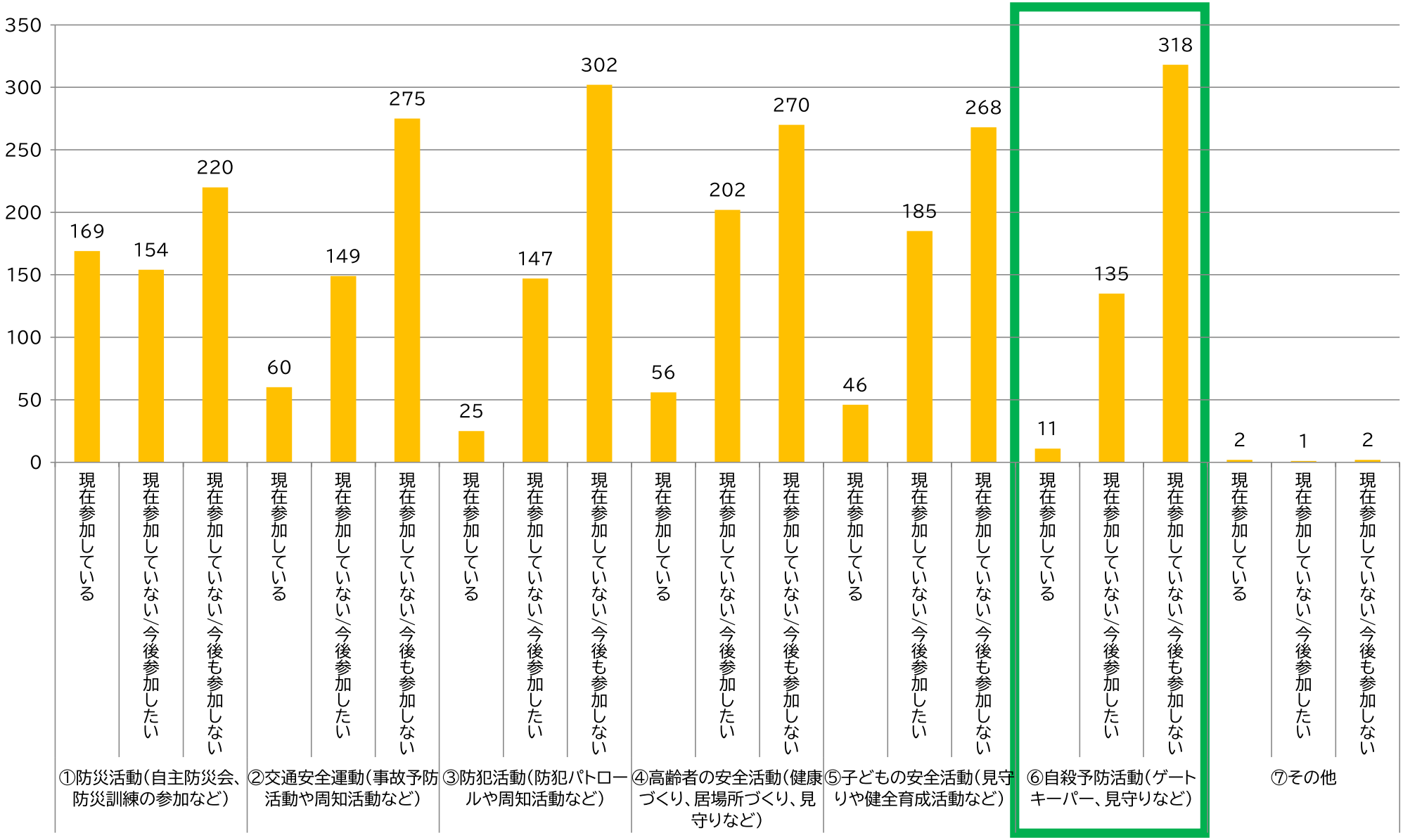


図8　悩んだときや心の病気を抱えたときに
相談できる場所を知っていますか？



出典：SCつるまつり・産業まつり　街頭アンケート調査（2024）

図9　安全・安心のための取り組み状況（複数回答）



出典：安全・安心なまちづくりアンケート2022（都留市役所 地域環境課）

問題③
20代（若者）の心を病む人・自殺者が多い

図10　外傷による
死亡原因（2021-2024）

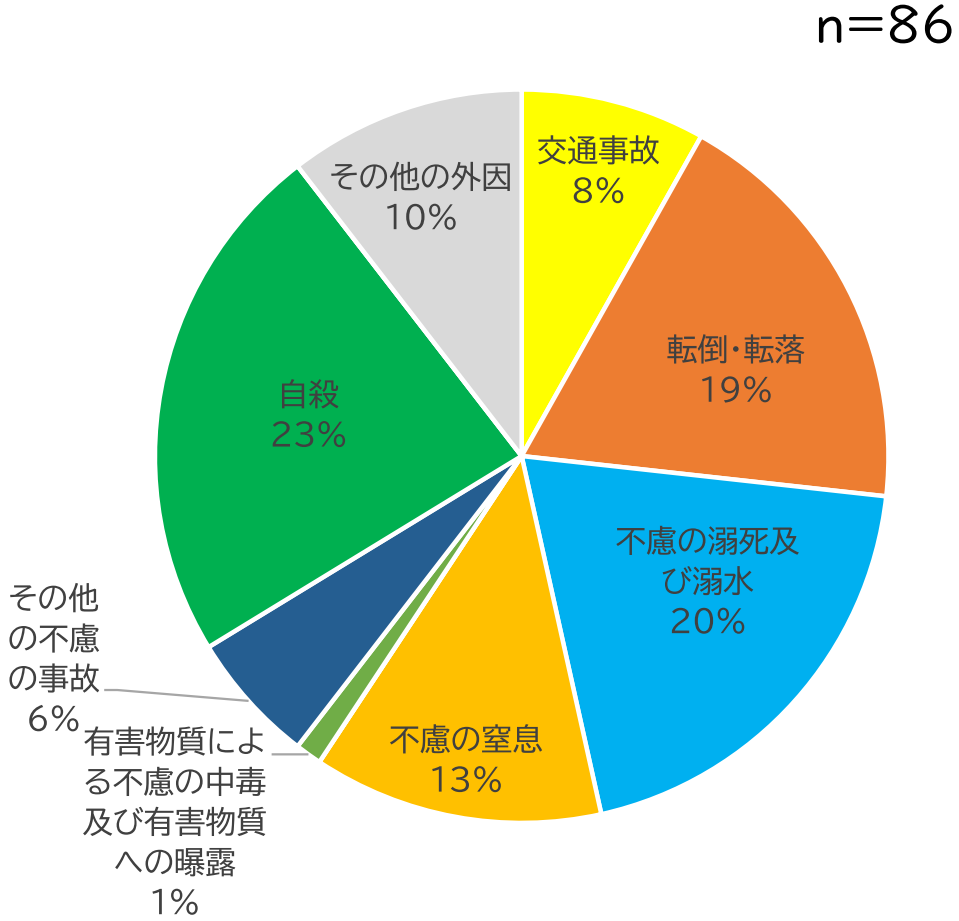


表1　外傷による死亡原因
（2021-2024）【0～29歳】

	死亡原因
1位	自殺
2位	交通事故

20歳代（若者）においても
外傷による死亡原因の
第1位が**自殺**

出典：人口動態統計

問題④
40~60代（働き盛り世代）の心を病む人・自殺者が多い

表2　40～60代の死亡原因（2021-2024）

	死亡原因
1位	自殺
2位	不慮の溺死及び溺水、転倒・転落 その他の不慮の事故
3位	交通事故、有害物質による不慮の 中毒及び曝露、その他の外因

出典：人口動態統計



40~69歳（働き盛り世代）は
外傷による死亡原因の
第1位が**自殺**（9人）

自殺を減らすためにも、直結するケースの多い
うつ対策などの心の健康を考えなければならない。

問題に対する課題

No.	問題	課題
1	心の病気に気づかない人、 心の病気を知らない人が多い （図4.5）	心の病気に対する理解度が低い。
2	心の病気を抱えていても相談できない、心の病気に気づかれたくない人が多い （図6）	心の病気を抱えている人の相談に乗れる人が少ない。
3	20代（若者）の心を病む人・自殺者が多い （図7.8.9.10、表1）	心の病気を抱えている若者の相談相手が少ない。
4	40～60代（働き盛り世代）の心を病む人・自殺者が多い （表2）	企業のメンタルヘルスケアの意識が低い。

課題を解決するための取り組み

No.	課題	方向性	ハイリスク対象	取り組み
1	心の病気に対する理解度が低い。	心の病気に気づける人 心の病気について理解している人を増やす。		全年齢を対象とした心の健康相談窓口の周知・啓発活動
2	心の病気を抱えている人の相談に乗れる人が少ない。	心の病気を抱えている人に寄り添い、相談に乗れる人を増やす。		ゲートキーパーの育成
3	心の病気を抱えている人の相談に乗れる若者が少ない。	心の病気を抱えている人に寄り添い、相談に乗れる若者を増やす。	20代の若者世代	若者応援隊の結成と支援
4	企業のメンタルヘルスケアの意識が低い。	社員のメンタルヘルスケアに取り組む企業を増やす。	40~60代の働き世代	パートナーシップ企業の認定

問題①②③に対するレベル別対策

問題	対策			
	方向性	国・県レベル	市レベル	地域レベル
①心の病気に気づかない、心の病気を知らない人が多い ②心の病気を抱えていても相談できない、心の病気に気づかれたくない人が多い ③20代（若者）の心を病む人・自殺者が多い	啓発教育	・県、市への交付金	・相談窓口の啓発 ・ゲートキーパーの育成 プログラム① 全年齢を対象とした心の健康相談窓口の周知・啓発活動 プログラム②　ゲートキーパーの育成 プログラム③　若者応援隊の結成と支援	若者応援隊の結成と支援（委員会独自の活動）
	規則・罰則	・自殺対策基本法 ・自殺総合対策大綱 ・山梨県地域自殺対策推進計画	・都留市地域自殺対策推進計画	
	環境整備	・自殺予防週間、自殺対策強化月間の設定 ・山梨県自殺防止センターによるゲートキーパー養成支援 ・心の健康相談統一ダイヤルの設置	・各種啓発チラシの作成 ・ゲートキーパー養成講座の実施	・当事者の場づくり支援 ・傾聴ボランティアの実施 ・ホットスポットの見回り

問題④に対するレベル別対策

問題	対策			
	方向性	国・県レベル	市レベル	地域レベル
40～60代（働き盛り世代）の心を病む人・自殺者が多い	啓発 教育	・県、市への交付金	・相談窓口の啓発 ・ゲートキーパーの育成 ・パートナーシップ企業の募集のチラシを配布	・市内企業や事業所を対象にパートナーシップ企業の認定
	環境 整備	・自殺予防週間、自殺対策強化月間の設定 ・山梨県自殺防止センターによるゲートキーパー養成支援 ・心の健康相談統一ダイヤルの設置	・各種啓発チラシの作成 ・ゲートキーパー養成講座の実施	当事者の場づくり支援 ・傾聴ボランティアの実施 ・ホットスポットの見回り
	規則・ 罰則	・自殺対策基本法 ・自殺総合対策大綱 ・山梨県地域自殺対策推進計画	・都留市地域自殺対策推進計画	

プログラム④

パートナーシップ企業の認定

環境面への取り組み

国（厚生労働省）の取り組み

ゲートキーパーの啓発チラシ
（厚生労働省）



自殺予防週間・自殺対策強化月間
令和6年度リーフレット

相談窓口の設置（厚生労働省）



自殺対策　相談先一覧



まもろうよこころ

プログラムの運営状況

区分	進行状況					
	2021年（認証）	2022年	2023年	2024年	2025年（事前指導）	2026年
プログラム① 全年齢を対象とした心の健康相談窓口の周知・啓発活動	メッセージカード作成				・都留文大の入学生にメッセージカード配布	・都留文科大学入学生に向けてメッセージカード配布。防犯対策委員会と連携し、コミュニティカフェにて都留文大生にメッセージカードを配布。
プログラム② ゲートキーパーの育成					・高校生へのゲートキーパー養成講座の開催	・企業職員に対しゲートキーパー養成講座の開催
プログラム③ 若者応援隊の結成と支援		大学生へのWEBアンケート		・樹海ウォークへの参加（「ゲートキーパーミニ講座」の実施） ・不動産屋との連携	・高校生へのゲートキーパー養成講座の開催	
プログラム④ パートナーシップ企業の認定		募集チラシ作成		・企業を訪問してパートナーシップ企業について説明		

継続

プログラム①
全年齢を対象とした心の健康相談窓口の周知・啓発活動

課題	心の病気に対する理解度が低い。		
方向性	心の病気について理解する人が増える		
内容等	情報周知の発信。CATVやSNSを活用した動画の配信 メッセージカードを作成し、公共施設等のトイレに設置		
	【対象】	市　民	
	【人材】	都留市、山梨県、ハローワークなどの行政機関 むつみの家などの地域活動団体 心の健康対策委員会	
区分	指標 【方向性】		測定方法
（短期） 認識や知識の変化	悩んだときや心の病気を抱えたときに相談できる場所を知っている市民の割合		市民へのアンケート調査
（中期） 態度や行動の変化	悩んだときは周囲の人や相談機関に相談する市民の割合		市民へのアンケート調査
（長期） 状態や状況の変化	人口10万人あたりの自殺死亡率・数		自殺の基礎調査（厚生労働省）

プログラム① 活動内容

■相談先が書かれたメッセージカード・ポスターの配布



市内のお店や大学に
メッセージカードを設置

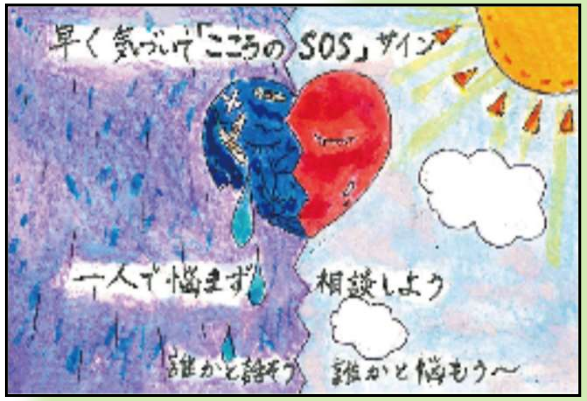




事業所の洗面所や掲示板など目の付きやすい場所に貼ってもらっています。

心の健康相談窓口の周知・啓発活動

✿メッセージカードを
作成し配布する





裏面には相談先を記載







カードのデザインを広報で募集し、
小学生から40代の方まで
応募いただいた作品から
デザインを採用しました！





早く気づいて『こころのSOS』サイン
～一人で悩まず　相談しよう
誰かと話そう　誰かと悩もう～

『ちゃんと
眠れていますか？』

啓発活動
～ピアサポーターによるリカバリーストーリー～



「死んでしまいたい、消えてしまいたい」
という気持ち

・友人とのコミュニケーションがうまくいかず、孤立感から、近所の橋の上から川をながめながら、漠然と「死んでしまいたい・消えてしまいたい」という思いを抱いたのも小学生高学年から中学生の時が初めてだった



ピアサポーターとは？？

ピア（peer）＝『同じ立場にある仲間』

同じ病気や障がいを持ち、
自分の経験してきたことを活かして
仲間として支える人のこと





プログラム①の評価

年		2021（認証）	2022	2023	2024	2025
アウトプット（活動指標）	**活動の実施回数**（設置箇所） **活動の実施回数**（配布箇所） **啓発物品等の配布数**	-	設置2か所	設置3か所 配布4か所 配布503枚	設置1か所 配布3か所 配布171枚	設置3か所 配布4か所 配布850枚
アウトカム（成果指標）	**意識・知識（短期）** （悩んだどきや心の病気を抱えたときに相談できる場所を知っている市民の割合） 算定方法：市民意識調査	-	市民意識調査 39％ (231/592)	-	街頭インタビュー 71.1％ （133/187）	街頭インタビュー 66.0％（37/56） 市民意識調査 41％（351/850）
	態度・行動（中期） （悩んだときは周囲の人や相談機関に相談する市民の割合） 算定方法：市民意識調査	-	41.3％	-	街頭インタビュー 86.6％ （165/190）	街頭インタビュー 66.0％（37/56） 市民意識調査 35.7％(293/820)
	状況（行動） （人口10万人あたりの自殺死亡率・数） 算定方法：自殺の基礎調査（厚生労働省）	16.7％・ 5人	16.9％・ 5人	24.0％ 7人	20.8％・ 6人	21.0％・ 6人

プログラム②
ゲートキーパーの育成

課題	心の病気を抱えている人の相談に乗れる人が少ない。		
方向性	相談に乗れる人が増える		
内容等	心の病を抱える人と接点の多い人を意識したゲートキーパー講座の実施		
	【対象】	企業や学生等の市民	
	【人材】	対策委員会、市、警察	
区分	指標 【方向性】		測定方法
（短期） 認識や知識の変化	養成講座による新たな知識を習得した参加者数		講座事後アンケート
（中期） 態度や行動の変化	講座を受け、実践してみたいと思ったことはあるか		講座事後アンケート
（長期） 状態や状況の変化	人口10万人あたりの自殺死亡率・数		地域における自殺の基礎資料 （厚生労働省）

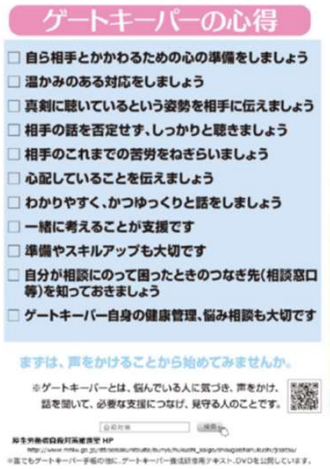
プログラム② 活動内容

■ミニゲートキーパー養成講座

健やか樹海ウォーク向かうバスの中でミニゲートキーパー養成講座を実施





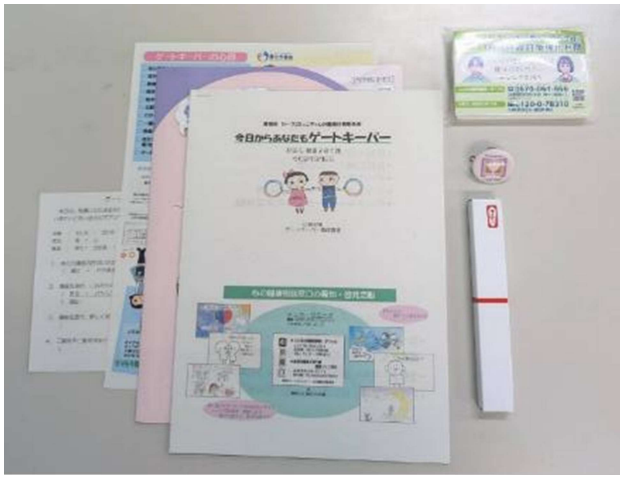




■ゲートキーパー養成講座

都留文科大学学生・教員・市民向けにゲートキーパー養成講座を実施







プログラム②の評価

年		2021（認証）	2022	2023	2024	2025
アウトプット（活動指標）	**活動の実施回数** **啓発物品等の配布数** 算定方法： ①ゲートキーパー養成講座 ②ミニ講座の開催回数	1回	3回	4回	①2回 34人 ②2回 23人	①1回市民向け 18人
アウトカム（成果指標）	**意識・知識（短期）** （養成講座による知識習得） 算定方法：講座事後アンケート（講座を受け、新しく知ったことはなにか）※アンケートより実施	60人	78人	99人	①67.6% （23人/34人） ②52.1% （12人/23人）	①100% （18人/18人
	態度・行動（中期） （ゲートキーパー活動） 算定方法：講座事後アンケート（講座を受け、実践してみたいと思ったことはあるか）	-	67人	75人	①88.2% （30人/34人） ②86.9% （20人/23人）	①1回目94.4% （17人/18人）
	状況（行動） （人口10万人あたりの自殺死亡率・数） 算定方法：自殺の基礎調査（厚生労働省）	16.7%・ 5人	16.9%・ 5人	24.0%・ 7人	20.8%・ 6人	21.0%・ 6人

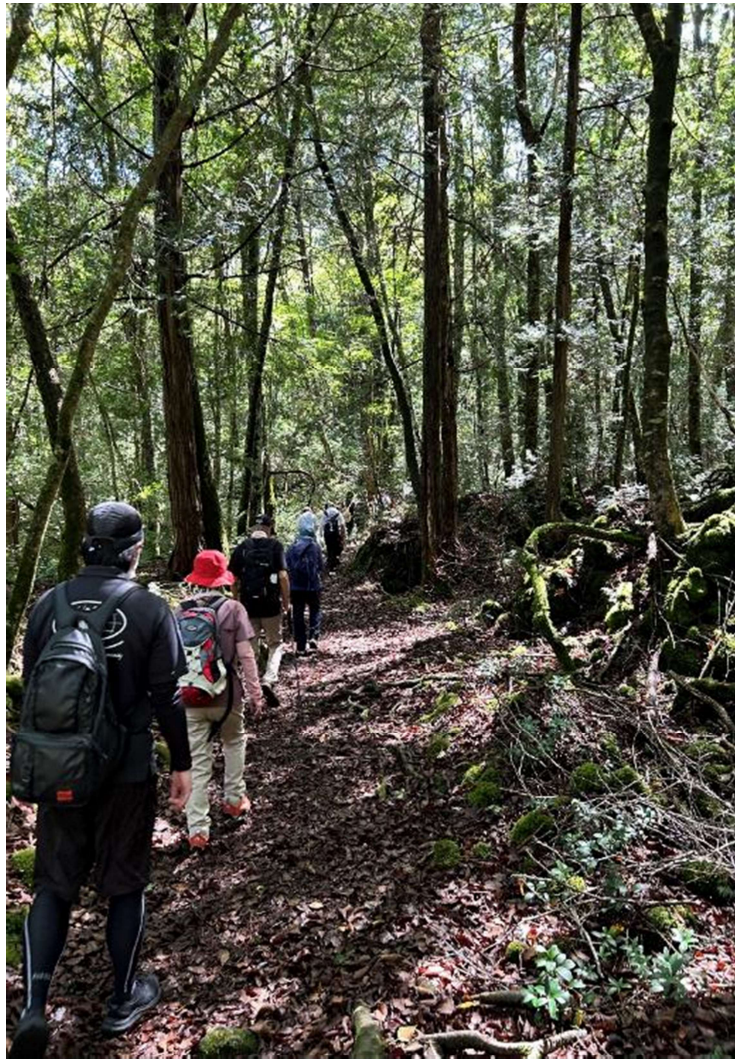
プログラム③
若者応援隊の結成と支援

課題	心の病気を抱えている人の相談に乗れる若者が少ない。		
方向性	相談に乗れる若者が増える		
内容等	【対象】	10代・20代の市民	
	【人材】	対策委員会、市	
区分	指標【方向性】		測定方法
（短期） 認識や知識の変化	養成講座により新たな知識を習得した参加者数		講座事後アンケート
（中期） 態度や行動の変化	講座を受け実践してみたいと思った人数		講座事後アンケート
（長期） 状態や状況の変化	人口10万人あたりの自殺死亡率・数		地域における自殺の基礎資料 （厚生労働省）

現状、若者応援隊は結成されていないが、その前段階としてゲートキーパー養成講座などを通して悩みの相談に乗れる若者を増やす活動をしている。

プログラム③ 活動内容

■すこやか樹海ウォーク



＜内容＞

この森は『いのち』をみつめ、
みまもり、つなぐ森。

このイベントは、いのちを育む青木ヶ原樹海の豊かな自然に触れ、生きる力を再認識してほしいという願いを込めて企画されたものです。しかし青木ヶ原樹海は長年、「自殺の名所」などネガティブなイメージが先行してきた場所でありました。そんなイメージが少しでも変わるように、当日は10～20代の若者に多く参加してもらい、行きのバスの中で「話の聞き方・話し方について」の講座を実施し、未来の若者応援隊としてほかの人の悩み事をどのように傾聴すればいいか、そんなヒントを学びました。

参加者の声：ネイチャーガイドさんの案内により、
樹海のイメージが変わりました。



プログラム③ 活動内容

学生向け不動産業者とコラボ



ポスター・メッセージカードの周知
（つるぶん不動産）



つるぶん不動産のアドバイザー

都留文科大学学生にアパートを貸している不動産屋へメッセージカードの配布を行い、学生に対し不動産屋が心のサポーターとなっている現状について聞き取りを行いました。不動産屋さんが悩みを抱えている学生と食事に行き、不登校支援や悩み事を聞いたり、保護者へ学生の状況を報告したりしているとの話を聞くことができました。

また、精神的に受診が必要な学生に対し、医療機関をすすめ、受診した様子を確認して相談にのっている現状があるということで、委員会として、地域との連携はとても重要であると認識しました。

プログラム③の評価

年		2021（認証）	2022	2023	2024	2025
アウトプット（活動指標）	**活動の実施回数** **啓発物品等の配布数** 算定方法：①ゲートキーパー養成講座の開催回数・参加人数 ②ミニゲートキーパー養成講座の開催回数・参加人数	新型コロナウイルス感染症の影響により活動自粛		①1回	①1回 20人	①1回/12人 文大生向け ②1回/13人 樹海ウォーク
アウトカム（成果指標）	**意識・知識（短期）** （養成講座による知識習得） 算定方法：講座事後アンケート（講座を受け、新しく知ったことはなにか） ※2024年度アンケートより実施	-	-	36人	①80％ （16人/20人）	①100％ （12人/12人） ②84.6％ （11人/13人）
	態度・行動（中期） （応援隊の活動） 算定方法：講座事後アンケート（講座を受け、実践してみたいと思ったことはあるか）	-	-	36人	①100％ （20人/20人）	①100％ （12人/12人） ②84.6％ （11人/13人）
	状況（行動） （人口10万人あたりの自殺死亡率・数） 算定方法：自殺の基礎調査（厚生労働省）	16.7％・ 5人	16.9％・ 5人	24.0％・ 7人	20.8％・ 6人	21.0％・ 6人

プログラム④
パートナーシップ事業所の認定

課題	事業所・企業のメンタルヘルスケアの意識が低い		
方向性	事業所・企業のメンタルヘルスケアの意識の向上		
内容等	優良事業所・企業の認定		
	【対象】	市内事業所・企業	
	【人材】	心の健康対策に取り組む事業所・企業	
区分	指標 【方向性】		測定方法
（短期） 認識や知識の変化	事業所・企業への周知活動		認定事業所・企業数
（中期） 態度や行動の変化	活動している事業所・企業		活動事業所・企業数
（長期） 状態や状況の変化	人口10万人あたりの自殺死亡率・数		地域における自殺の基礎資料 （厚生労働省）

プログラム④ 活動内容

■パートナーシップ企業の認定

私たちとともに
心の健康対策に取り組みませんか？？

パートナーシップ事業所・企業に登録して一緒に活動しましょう！

都留市セーフコミュニティ（SC）心の健康対策委員会では、心の健康対策を推進する『パートナーシップ』事業所・企業を募集しています。

【対　象】
都留市内に事業所がある事業所、企業、法人、団体等

【要　件】
次の３つの要件のいずれかに取組んでいる又は取組む予定がある事業所等
1.◆ゲートキーパー養成講座を開催または受講している（しようとしている）事業所等
2.ストレスチェック等を実施し、職場環境を改善している（いこうとする）事業所等
3.心の健康を維持する各種取組みを実施している（しようとしている）事業所等

【取組み内容の例】
1　◆ゲートキーパー養成講座の受講
2　１年に１回従業員のストレスチェック（心の健康診断）の実施
3　従業員にストレスを与えない働きやすい環境の整備
4　心の健康についての知識を深める研修の実施

健康子育て課で実施している講座です！

【登録方法】
①登録用紙に必要事項を記入してセーフコミュニティ心の健康対策委員会事務局（都留市役所健康子育て課）あてに郵送、ファックス、電子メールまたは持参によりお申込みください。
②心の健康対策委員会で取組内容を確認させていただき、結果をご連絡します。登録していただいた企業の皆様は公表させていただき、委員会が実施する活動のご案内をさせていただきます。

〈広報〉
市広報誌・HP等への活動内容の掲載
〈情報提供〉
心の健康に関するイベントの案内・社内研修開催の支援等

◆応募先
セーフコミュニティ心の健康対策委員会事務局（都留市役所　健康子育て課）
〒402-0051都留市下谷2516-1（いきいきプラザ都留）TEL:0554-46-5113　FAX:0554-46-5119



チラシを配布しＰＲ

ステッカー作成中…



プログラム④の評価

年		2021（認証）	2022	2023	2024	2025
アウトプット（活動指標）	**活動の実施回数** **啓発物品等の配布数** 訪問企業数等の周知回数、配付数など	認定要件・周知方法の検討	1	周知回数：3回 ふるさと時代祭：100枚 都留市商工会員に送付：1,300枚 ライオンズクラブ：30枚	1	1
アウトカム（成果指標）	**意識・知識（短期）** **（企業への周知活動）** 算定方法：申請書配布企業数	-	1	1	0	0
	態度・行動（中期） （活動している企業） 算定方法：認定企業数	-	-	2	2	2
	状況（行動） （人口10万人あたりの自殺死亡率・数） 算定方法：自殺の基礎調査（厚生労働省）	16.7%・5人	16.9%・5人	24.0%・7人	20.8%・6人	21.0%・6人

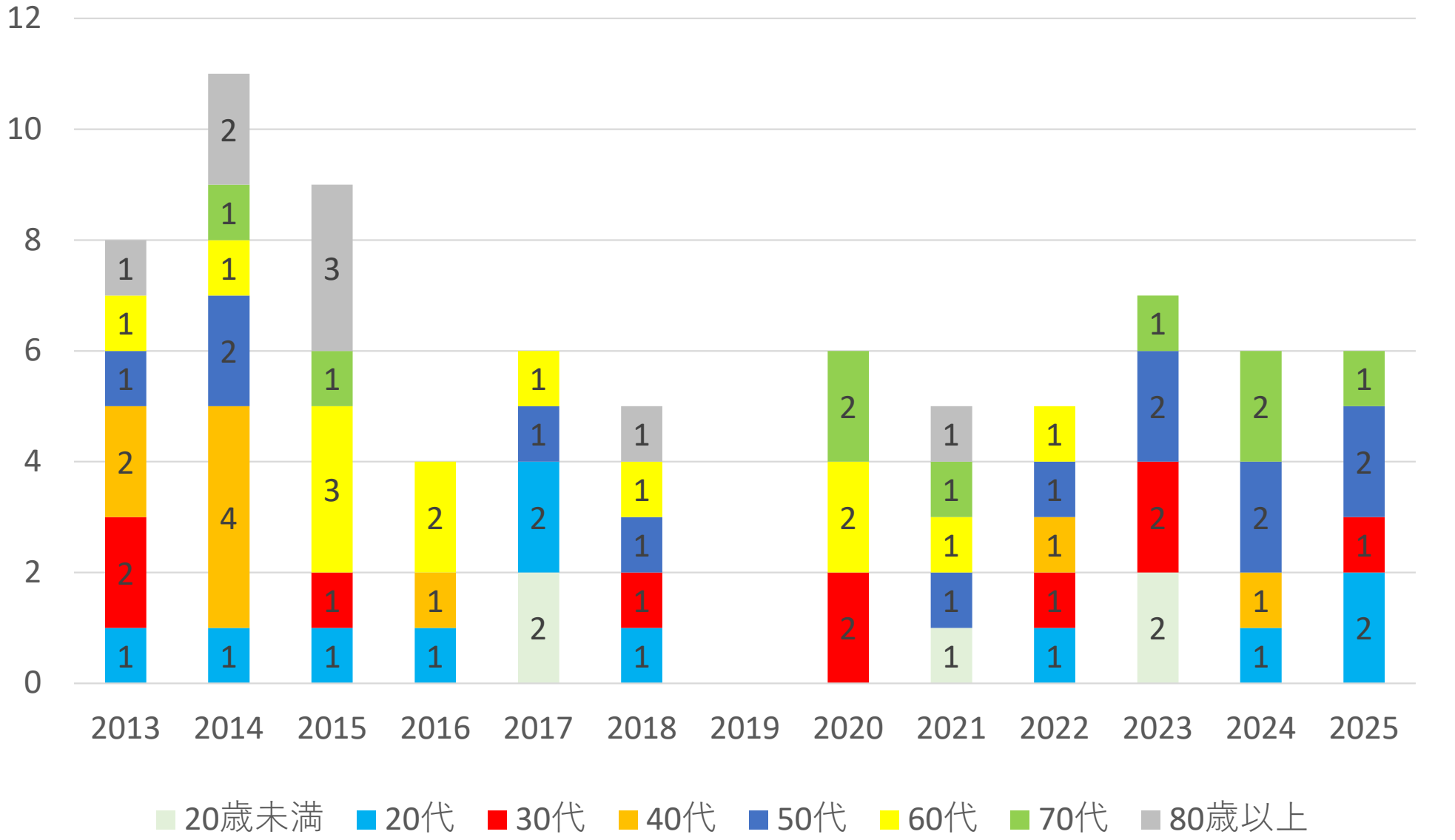
取組の成果

	活動内容	成果
プログラム①	周知・啓発活動	市民意識調査において「悩んだときや心の病気を抱えたときに相談できる場所を知っている」市民の割合が66.0％、「悩んだときは周囲の人や相談機関に相談する」市民の割合は66.0％
プログラム②	ゲートキーパー養成講座	講座事後アンケートにおいて「講座を受け、新しく知ったこと」がある人は100％、「講座を受け、実践してみたいと思ったことはあるか」は94.4％
プログラム③	若者応援隊の結成と支援	講座事後アンケートにおいて「講座を受け、新しく知ったこと」がある人は100％、「講座を受け、実践してみたいと思ったことはあるか」は92.3％
プログラム④	パートナーシップ事業所・企業の認定	企業への周知活動について申請書配布企業数5件、活動している企業として認定企業数2件

成果と課題

成果：中高年の自殺がやや減っている

図１１　都留市における自殺者の推移



出典：自殺の基礎調査（厚生労働省）

現在の課題・方向性

◆問題　自殺数が減っていない（2023年データ）

・自殺したいと思っている人を把握することは難しい。
　⇒自殺者数が減少しない。

課題　心の病気についての認知度が低い

・心の病気に気づかない・心の病気を知らない
・心の病気を抱えている人…相談できない人が多い、心の病気に気づかれたくない人が多い
　⇒悩んだ時や心の病気を抱えたときに相談できる場所を3割の人が知らない。
　⇒2022年度都留文科大学生向けに行ったアンケートにおいて悩みやストレスで死にたいと思ったことがある学生が5割以上いる。

今後の方向性　心の病気についての認知度を上げる

・心の病気になる前の対策が必要。
　※まずは、心が健康であるために
　⇒相談窓口の周知やゲートキーパー養成講座の実施等で情報を得る
「自殺予防対策」⇒「心の健康対策」に。本対策委員会が明るく前向きで元気に活動しながら、認知度を上げていきたいと思います。

データの収集・分析、リスクアセスメント

2025年外傷サーベイランス委員会「安全診断」の結果とそれに対する対応

安全診断の結果 （外傷サーベイランス委員会の評価）	対策委員会での対応
【データ収集】 「趣味や地域の集まりに参加し、人との繋がりをもっているか」という項目について、「現在行っておらず、今後も行う予定はない」という方が一定数いるが、その理由まで聞き取ってはどうか。	・アンケート内容を修正し、実態の把握を行うことで、より実態に即した活動ができるよう努める。
【活動について】 ・プログラム③若者応援隊の組織と支援について、若者が話しやすいと思える人、世代を考えて結成したらどうか。ゆるやかな組織、窓口みたいなものを設置したらいかがか。 ・自殺は50代～60代に多く、自傷行為は20代が多い。都留文科大学で「学生なんでも相談窓口」を設置し始めたので、そことつながることで活動が広がるのではないか。	・若者応援隊の構成や支援について若者の立場から相談しやすい窓口や組織形成を検討する。 ・「学生なんでも相談窓口」と連携し、ゲートキーパー養成講座の実施の効率的で効果的な実施を模索していく。

2025年事前指導の評価と対策委員会の対応

2025年事前指導の評価	対策委員会での対応
自殺者について、年齢層で理由が違ったり、生活環境が違ったりするため、特定の傾向が見えたり、自殺の原因が推測できると、もっと様々な対策が検討できるのではないかと思いました。	都留市の特色として、都留文科大学があり各地から親元を離れ、学生が集まっている。大学の保健室や「なんでも相談窓口」と連携し、悩みや生活の相談などの傾向から対策を検討する。
自殺の経験者は、再度自殺を試みる可能性が非常に高いという調査結果が出ているので、取組をいつ行ったらよいか等を考慮していただけたら、よりハイリスクの人に届きやすくなるかなと思いました。	自殺リスクは、環境の変化や時期的要因によって高まりやすいため、試験前後や年度の切り替わる時期、長期休暇明けなどを重点的な注意期間として捉え、アプローチを検討する。

今後の取り組み

2021年（認証）	2022年	2023年	2024年	2025年	2026年（再認証）

プログラム①全年齢を対象とした心の健康相談窓口の周知・啓発活動

【継続】相談先が書かれたメッセージカード・ティッシュの配布、ポスターの設置

【新規】都留文科大学入学生に向けてメッセージカード配布、防犯対策委員会と連携し都留文科大学生にメッセージカード配布

プログラム②ゲートキーパーの育成

【継続】ゲートキーパー養成講座の開催

【拡大・検討】大学生・高校生へのゲートキーパー養成講座の開催

プログラム③若者応援隊の結成と支援

【継続】大学生へのゲートキーパー養成講座の開催、不動産屋との連携

【拡大・検討】大学生・高校生へのゲートキーパー養成講座の開催

プログラム④パートナーシップ事業所・企業の認定

【継続】パートナーシップ企業募集についてのチラシ配布

【拡大】パートナーシップ企業募集のチラシ配布



ご清聴
ありがとうございました。

都留市セーフコミュニティ
心の健康対策委員会
一同