

## 会議録

1 会議名 令和7年度 第2回北九州市自殺対策連絡会議

2 会議種別 市政運営上会合

3 議題

(1) 開会

- ・事務局挨拶
- ・出席者紹介
- ・議長および副議長の選出

(2) 協議事項

- ・「こころの健康に関する実態調査」について

(3) 報告事項

- ・北九州市自殺対策計画 第4回評価・見直しについて
- ・直近の自殺の動向について（全国・北九州市）
- ・令和7年度自殺予防週間 主な取り組みについて

4 開催日時 令和8年1月16日（金）19時00分～20時20分

5 開催場所 精神保健福祉センター セミナー室1  
(北九州市小倉北区1-7-1 総合保健福祉センター5階)

6 出席者氏名

別紙「令和7年度第2回自殺対策連絡会議出席者名簿」のとおり

7 議事概要

(1) 開会

ア 事務局挨拶

- ・事務局にて開会宣言を行った。

イ 出席者紹介

- ・事務局にて出席者の紹介を行った。

ウ 議長、副議長選任

- ・議長及び副議長の選出を行った。

議長：福岡県弁護士会北九州部会 弁護士 小鉢 由美 構成員  
副議長：学校法人産業医科大学医学部精神医学 教授 吉村 玲児 構成員

## （2）協議事項

- ・「こころの健康に関する実態調査」について説明を行った。

## （3）報告事項

### ア 北九州市自殺対策計画 第4回評価・見直しについて

- ・昨年度から今年度の本会議でいただいた意見などを踏まえ、令和7年9月議会にて報告を行った。

### イ 直近の自殺の動向について（全国）

- ・全国の自殺者数は、平成22年以降減少傾向であったが、令和2年以降増加に転じている。
- ・令和7年は11月の全国の自殺者数が1,314人となり、前年と比較すると約17.2%減少。1月から11月の累計では17,415人となり、前年と比べ8.1%減少。
- ・男女別の自殺者数は、11月の自殺者総数1,314人のうち、男性の自殺者数が935人、女性は379人。
- ・1月末頃に暫定値が出る予定であるが、12月は前年と同様傾向と仮定した場合、統計開始以降最も自殺者数が少なくなるのではないかと見込まれる。
- ・小中高生の月別自殺者数は、11月時点で480人と過去最多だった前年の自殺者数に迫る勢いであり、懸念される状況が続いている。

### ウ 直近の自殺の動向について（北九州市）

- ・令和7年は11月の自殺者数が18人、1月から11月の累計は139人で、全国と同様総数としては減少傾向にある。
- ・12月は前年と同様傾向と仮定すると、全国と同様に前年よりも減少すると見込まれる。
- ・令和5年と令和6年を比較した年代別の自殺死亡率は、40代と70代を除く全年代で減少している。
- ・令和5年と令和6年を比較した男女別の自殺死亡率は、60代が最も減少している。その他20～30代男性、20歳未満女性、40～50代女性も減少している。

### エ 令和7年度自殺予防週間における主な取り組みについて

- ・北九州いのちの電話と共同主催で自殺予防シンポジウムを開催した。

- ・昨年に引き続き、図書館で市民向けゲートキーパー養成講座を実施した。
- ・くらしとこころの総合相談会を休日に事前予約なしで開催したところ、すぐに定員に達した。
- ・広報・啓発については、テレビのdボタン広報誌や市公式 SNS での周知、今回新たに社会福祉協議会のインスタグラムでも周知を行った。

## 8 会議経過（発言内容）

### 【協議事項について】

議長：まず「(1) 協議事項」のこころの健康に関する実態調査について、事務局の説明をお願いしたい。

事務局：こころの健康に関する実態調査について、ご説明させていただく。

（説明要旨は以下のとおり）

- ・本調査の目的は、市民のこころの健康についての意識と実態を把握し、こころの健康に影響を与える諸要因に対する課題を抽出すること、本市の精神保健福祉行政及び自殺対策の基礎資料として活用すること。
- ・実施方法については、18歳以上の市民 4,500 人を対象に郵送及びオンラインにより回答いただくこととしており、令和8年7月1日から7月31日の間に調査を行う予定である。
- ・設問数については 40 問程度とする予定。調査項目は回答者の属性、悩みやストレス、健康状態や生活習慣、地域生活、社会資源の周知状況等を考えている。過去の調査と比較するため、大幅な修正は考えていない。
- ・本市では 19 歳以下の自殺者数が増加傾向にあり実態を把握するため、市内の高校生を対象としたアンケート実施を検討中。若年層向け調査は初の取り組みとなるため、令和8年度は今後の定期実施を見据えた予備的調査として実施予定。

議長：まずは「こころの健康に関する実態調査」の調査票案に関する意見や質問があればいただきたい。

構成員：新設⑤、⑥の表現をやわらかくするかについては、率直に読んでこのままの方がわかりやすいと思った。実際にアンケートを回答してみたが、代替案は文章が長く、人によっては解釈に少し時間がかかるのではないかと思う。問32について提案であるが、孤独・孤立対策の「北九州市版お悩みハンドブック」のホームページを入れてはどうか。問33について、相談窓口の紹介をするのであれば、障害のある方ための「基幹相談支援センター」や外国籍の方のための「国際交流協会」なども相談窓口として掲載してはどうか。

議長：アンケートを答えてもらうためには、答えやすい質問であるべきだと思う。一方で、自死などで悩んでいる方がこの文章を読んだときにはどうかという

視点をもっていただければと思う。

今の意見について、事務局から意見はあるか。

事務局：ご提案や実際にアンケートに回答していただいた感想を教えていただき、参考になった。ご意見として受け止め、改めて検討させていただきたい。

構成員：私たちは相談電話を受ける上で、強い表現は避けている。精神疾患をもつた方に接する時に強い言葉は心に残りすぎるため、この表現は強いとは思ったが、新設⑤の⑥の代替案は分かりづらいと感じた。

構成員：問15「自殺したいと思ったことがありますか」について、実際に患者と話をするときはあまりそのような聞き方はせず、「死にたいと思ったことがありますか」といった聞き方をする。

新設⑤の⑥「責任を取って自殺することは仕方ない」について、そもそも責任をとって死なないといけないのかという悪い印象を与える気がする。

また、根本的な疑問を感じる。

議長：そもそも新設⑥の質問の意図は何なのか。

事務局：国の調査の質問項目を引用している。

構成員：国がそのようにやっているのであればそのままで良い。

構成員：新設⑤は非常に良い質問。自殺を考えている（実行する）人が自分の行いをどんな思いでどう自分にエクスキューズ（弁解）するか。

⑤、⑥の表現の仕方については、自殺を考えている人とそうでない人のどちらが主体になるかで結果が変わってくる表裏一体の質問だと思うため、どちらの尋ね方でも良い。①～③は一般的な質問だと思う。

あとは北九州市オリジナルの調査にするか、国の調査を引用するか。

構成員：「死にたくなることはありますか」という言葉は相手を傷つけそう。患者に対して「消えてしまいたいと思ったことはありますか」や「自分がいなくなったり方が周りのためになると思いますか」など婉曲的に聞くため、表現が強いとは思う。その時のメンタルの状態で質問の意図が変わってくるため、新設⑤の質問自体がなくても色々な評価ができる。

議長：実態調査のアンケート自体が決して自殺を考えている人向けのアンケートではなく、無作為に選んだ市民向けというところで質問自体は残すこととする。しかしアンケートを答える人の中には自殺を考えている人や悩んでいる人がいることも念頭に、表現には気を付けた方が良い。

事務局：国の表現を引用しているが、北九州市オリジナルや市民のおかれている状況や構成員の意見を踏まえて、今後検討していきたい。

構成員：実際に自分でアンケートに答えてみて感じたところにはなるが、問9「日常のストレスについて、どうお感じになりますか」について、「ふつう」という回答項目が答えとして難しいと感じた。中には「ない」という方もいるため、答えづらいと感じた。

新設1「ストレス等への対処行動について」、1～8にあてはまらない方が9「どれにもあてはまらない」を選択するときに、悩み続けている人がいたとすると、回答が「どれにもあてはまらない」に集約されてしまい、果たしてアンケートの効果があるのかを感じた。

新設3「相談をためらう気持ちと理由」について、回答2「病院や支援機関などの専門家に相談したいと思うが、相談するハードルが高いから」の「ハードル」という言葉が、例えば「知らない」という人がいた場合にこの回答で良いのかと思った。

新設4「相談を恥ずかしいと思う理由」について、回答の選択肢が7つありその中に「その他」の選択肢もあるが、どの回答が自分の選択肢にあてはまるのか結構悩んだ。

最後に問15「自殺したいと思ったことがあるか」について、例えば「自傷行為に及んだが最終的に自殺には至らずに済んだ」というような選択肢があっても良いと思った。

構成員：問9「日常のストレスについて、どうお感じになりますか」について、ストレスの大きさは測りにくいと感じたため、頭痛や不眠など具体的な症状の方が分かりやすいと思うが、問14に同様の質問があるため、1つの質問に集約できるのではないかと思った。

新設5「自殺についてどのように思うか」の⑤、⑥については、自殺という選択肢が救いなのか、許されているのかを考えている方がいるかどうかを聞いたかった質問ではと解釈した。

事務局：いただいた意見をもとに、今回修正を入れていない箇所についても一つひとつ検討していきたい。

議長：次に、「(仮) こころの健康に関するアンケート高校生向け」について、対象者は市内高校に在籍する生徒のみが対象か。高校に通えていない方はどうなるのか。

事務局：ご指摘のとおり、高校に通えていない無所属の高校生の年代の方については、どのように調査を依頼するのかという課題もあるが、今回は市内の高校生を対象とする。

構成員：教員としては調査票の文言の使い方に抵抗はあるが、知りたいものがあり止めたいものもあることから、こういった調査が必要。成人年齢は下がったとはいえ、高校生ではまだ受け止めきれないところがある。アンケートの作成にあたり、ぜひ学校現場の意見を聞いていただきたいと思う。

教育委員会でも、いじめに関するアンケートや毎月の生活アンケート、健康観察とは別にタブレット端末を使用した心の健康観察を日々実施している。高校生を対象にアンケートを実施するとなれば、学校側も実態を知りたいと思うため、心のサインが出るような質問を取り入れてもらえると

良いと思う。

構成員：実際に仕事で相談を受けていても、若年層が増えてきている。その中でも通信制高校や不登校の子が多いように感じる。アンケートの対象者を高校に在籍する生徒とすることにより、アンケートに答えてほしい方に届きにくいと思うため、今後検討していただけたらと思う。

議長：実態はそうだと思う。他に意見はないか。（挙手なし）

事務局には、本日の意見を踏まえながら進めていってほしい。

#### 【報告事項について】

構成員：自殺予防週間で実施した自殺予防シンポジウムについて、昨年までは電話とFAXでの申し込みであったが、今年度よりウェブでの申し込みを開始したことにより、過去最高の67件70名の事前申し込みがあった。

いのちの電話では、自殺予防週間にあわせて9月10日から16日までフリーダイヤルで24時間の電話を受け付けるという取り組みをし、3月にもまた3月10日から16日に同様の取り組みをすることになっている。

議長：例えば4～5月の新学期あたりに実施することはあるのか。

構成員：実施はしていないが、相談員の中では4～5月の休み明けなどはしっかり対応していると共有している。現在、相談員の数が減少している中では（24時間の対応は）厳しいところがある。

構成員：夏休みや大型連休明けは増える。2025年に伴走型の支援が必要ということでつながった件数は、12月は一番低かったが、1月になって急激に増えたため、年末年始を挟んだからだろうと思っている。学生など若い世代では4～5月の時期が多い印象を受ける。また、最近は対話型生成AIに「自殺したい」と相談したら、相談先を教えてくれて相談につながったというようなことが結構ある。

構成員：県警本部では自殺統計の元となるデータがあるが、年末は少なく、年明けは多いという印象。高校生向けアンケートの実施案を見て、SNSが拠り所になっている方が多いのだろうと感じた。警察がインターネット上の自殺予告の情報を入手し対応したときに、実際は書き込んだだけだったり、インターネットに書き込むことをはけ口にしたりする方が大半な状況。現場では教示したり家族につないだりといった対応をするが、その対応自体も考えるべきところがあると感じた。さっきまでは自殺しようとしていたが今はそういう気がないという方の対応について、声かけ等アドバイスがあればご教示いただきたい。

構成員：「死にたい」とインターネット上の書き込みという形で表現するのは、精神科医からすると心の辛さを表現してくれていると思う。それを表現する場所が、今の時代の人はインターネットになっている。インターネットの

書き込みだけでは判断が難しいが、そういう書き込みにきちんと関わって声をかける、関わってくれる大人がいるということが、子どもたちの心の支えになると思う。そのため続けるべき取り組みと思う。

構成員：若年層の受診患者が多いため、受診理由を尋ねると8割くらいは生成AIやSNSから促されている。周囲の人から精神科や心療内科の受診を勧められても行かないのに、生成AIから言わわれると受診する。もう少し生成AIが進化すると、子どもたちの癒しや助けになるのかもしれない。

また、インターネットに書き込んだり電話したりしてくる子に対しては、否定せず、その行動をしてくれたこと自体を受容してあげること、大人が受け止めてあげるということ大事だと感じる。

議長：事務局には、本日の意見を踏まえながら進めていってほしい。

他に質問や意見はあるか。（意見なし）

9 問い合わせ先 保健福祉局保健所精神保健福祉センター  
電話番号 093-522-8744