

## 会 議 録

- 1 会 議 名 令和8年度 第1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
    - ・副議長の選出
  - (2) 協議事項
    - ・北九州市こころの健康に関する事態調査（最終案）について
    - ・高校生向けアンケート（案）について
  - (3) 報告事項
    - ・直近の自殺の動向等について（全国・北九州市）
    - ・令和7年度自殺対策強化月間取り組みについて
  - (4) その他
    - ・北九州市自殺対策連絡会議構成員の自殺対策関連取り組み状況票確認のお願い
- 4 開 催 日 時 令和8年5月19日（火）19時00分～20時30分
- 5 開 催 場 所 精神保健福祉センター 視聴覚室  
（北九州市小倉北区1-7-1 総合保健福祉センター6階）
- 6 出席者氏名  
別紙「令和8年度第1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 副議長選任

- 副議長の選出を行った。

副議長：学校法人産業医科大学医学部精神医学講座

教授 池ノ内 篤子 構成員

#### (2) 協議事項

- 北九州市こころの健康に関する事態調査（最終案）について事務局から説明を行った。
- 高校生向けアンケート（案）について事務局から説明を行った。

#### (3) 報告事項

##### ア 直近の自殺の動向について（全国）

- 全国の自殺者数は令和7年に19,188人となり、警察署による統計開始後、最小になった。
- 男女ともに自殺者数は減少しており、10代を除くほとんどの年齢階級において減少している。
- 一方で、小中高生別の自殺者数の年次推移は令和7年に過去最多となっている。

##### イ 直近の自殺の動向について（北九州市）

- 令和7年の自殺者数は全体で159人。男性が106人、女性が53人であった。全国と同じ傾向にあり、過去5年間でも過去最少の人数となっている。
- 一方で、20歳未満の自殺者数は、令和6年が2人だったが、令和7年には10人となり、増加している。
- 過去5年と比べると、20歳未満の自殺者数は大幅に増加しており、今後も注視していく必要がある。

## 8 会議経過（発言内容）

### 【協議事項1：北九州市こころの健康に関する実態調査（最終案）について】

#### （説明要旨）

- 調査実施にあたっての手続きなどに時間を要することが分かったため、調査期間を「令和8年7月1日～令和8年7月31日」から「令和8年7月21日～令和8年8月31日」に変更した。
- 問10について、市民が日ごろからどのような悩みやストレスを抱えているかを把握するため、「最近1か月」を「日頃」に変更した。
- 新設項目1、ストレス等の対処行動について、「どれにもあてはまらない」を削除し、選択肢「その他」を追加した。選択肢1～8のいずれに

もあてはまらない場合に選択肢9「その他」を選択し、具体的に記載してもらおうよう修正した。

- 問11については、新設項目1との違いが分かりにくいため削除した。
- 新設項目2と新設項目3について、「恥ずかしいと思う理由」と「ためらう理由」との違いが分かりにくいため、新設項目3を削除した。
- 問15以降の3問について、回答者の心理的負担が大きいのではないかと委員の意見を踏まえ、回答は強制ではなく、不安を感じる方は回答しなくてもいい旨を追記した。
- 「どのようなときに自殺したいと思ったか」を尋ねる設問を、今回、新設項目4として追加した。
- 問15-2について、実際に自傷行為におよんだが自殺に至らずに済んだというような選択肢があってもいいのではないかと委員の意見を踏まえ、新たに選択肢5、9、10の3つの選択肢を加えた。併せて、選択肢7「我慢した」を削除した。
- 新設項目5の選択肢6「責任をとって自殺することは仕方ない」については、「そもそも責任をとって死ななければならないのか」という悪い印象を与える可能性があるとの意見を踏まえ、削除した。
- 問16について、選択肢3、6を新たに追加し、複数回答可能というように変更した。
- 問33、34について、選択肢を追加した。

(発言要旨)

構成員：対話型生成 AI の利用が広がっているように感じており、どれほどの人が対話型生成 AI を頼りにしているのかを把握する点から、対話型生成 AI が選択肢に含まれていることは非常にいいことだと思う。

構成員：問14について、恥ずかしいと思う気持ちがあるからためらうと思うので、ためらう理由を尋ねる設問で、選択肢に「悩みやストレスなどを誰かに相談したり助けを求めたりすることは恥ずかしいことだと思うから」を追加すれば、問14を削除できるようになり、すっきりするのではないかと。

事務局：現行の自殺対策計画で、「恥ずかしい」と思う人の割合を指標の一つにしているため、選択肢に含めず、独立して尋ねているという経緯がある。

構成員：選択肢に対話型生成 AI が入っている設問がいくつかあるが、設問によって、「対話型生成 AI」と「SNS やインターネット」を分けている場合と、一緒の選択肢になっている場合がある。SNS やインターネット上でつながる人は基本的に生身の人間なので、対話型生成 AI と選択肢は分けたほうがいいのではないかと。また、新設項目案1の選択肢4「ゲームやインターネット(SNSや対話型生成AI含む)に没頭する」についても、ゲーム、インターネット、対話型生成AIはそれぞれ使い方が違うので、

選択肢を分けた方がいいのではないか。そうすると、きれいに分析できると  
思うので、検討いただきたい。

事務局：ご指摘のとおりだと思う。検討して修正を加えたい。

構成員：このアンケートは国のアンケートを参考にしていると聞いたが、新たに修  
正、追加した項目について、結果が出るときに、誰がどのように評価する  
のか。

事務局：集計し、割合や前回との比較などはこちらでするように考えている。必要  
に応じてクロス集計も行う。

構成員：新設項目案1のストレスと感じた時にとる行動と、問12の悩みを相談で  
きる人は誰か、これらの設問は、今後の何かにつなげるために肝になる設  
問だと思う。ストレスに対して、良い対処法と悪い対処法がランダムに並  
べられているのは意図的にそうしているのか。

事務局：そうしている。

構成員：オーバードーズや自傷行為など不適切な対処法をする方もいる。特に若い  
方。最近若年層の自殺数が増えていることを考えるとそういった選択肢  
を検討してもいい。ただ、心理的な負担が高い設問のため、慎重に検討す  
る必要があるが、実態を知る上ではいいのではないか。

事務局：オーバードーズや自傷行為で対処するという若年層の問題があることは認  
識しているが、回答者の負担もあるので、選択肢に加えるかどうかは慎重  
に考えていきたい。

構成員：項目によって、北九州独自の部分と、先行の報告書を利用している部分も  
ある。先行の報告がある場合、オリジナルの文を崩さない方が他の報告と  
比較することもできるかもしれない。

長い選択肢と短い選択肢が混同しているので、見やすさに配慮すると、回  
答者にとって負担が少なくなるのではないかと感じた。

議長：委員からの意見は一旦議長に一任し、議長が最終案修正について事務局と  
やり取りをするということによろしいか。後日、事務局より最終の調査票  
を送付させていただく。

構成員：(異議なし)

#### 【協議事項2：高校生向けアンケート（案）について】

(説明要旨)

- 全国的に若年層の自殺が増加傾向にある中、北九州市でも、令和7年、19歳以下の自殺者数が急に増えたことから、実態を把握することを目的に、特に今回は高校生に焦点を当てて調査を行いたいと考えている。
- 若年層向けの調査は初めての取り組みのため、今回は今後の定期実施を見据えた予備的な調査として実施したい。
- 現時点では、市内の高校に在籍する生徒を対象に、オンラインによる回答

をお願いすることとしている。

- 具体的な調査時期や対象学年などについては、実際に調査にご協力いただく学校の方と協議したいと考えている。
- 基本的には、こころの健康に関する実態調査（以下、「実態調査」という。）をベースに作成している。
- 実態調査と同じ設問もあるが、回答者が高校生であることに配慮して、やわらかい表現や答えやすい表現に変更しているものもある。
- 若年層は「死にたい」よりも「消えてしまいたい」という言葉をよく使うと聞かれているため、問11と問12については、実際に消えてしまいたいと感じたことがあるかなどについて、お尋ねすることとしている。回答は強制ではなく、不安を感じる人は回答しなくていい旨を明記している。
- 問11-2については、実態調査と選択肢が一部異なり、選択肢「まだ思いとどまったとは言えない」「実際に自殺を試みたことがあるが未遂に終わった」は選択肢に入れていない。
- 問17は、高校生自身から見た家庭の経済状況について尋ねている。
- 問19は自己肯定感を測ることを目的に設定した。
- 問20は高校生のSNSや対話型生成AIの使用状況について、実態調査よりもより詳しく尋ねる設問となっている。
- 委員の意見と、調査に協力いただく学校の方の意見とを合わせて、内容を修正していきたい。

#### （発言要旨）

構成員：対話型生成AIは、24時間相談に乗ってくれる、相談をしても否定せずにアドバイスをくれるなど、ポジティブな話が多い。しかし、問20は対話型生成AIのマイナス要因をあぶりだすような設問になっている。対話型生成AIを使うことで、ほっとした、不安が消えたなどの選択肢を入れてもいいのではないかと。そしてそれを利用して、対話型生成AIをさらに活用できるような取り組みに結び付けていくとか、そういうことにもつながるポジティブな設問にしてもいいのではないかと。逆にマイナス要因が多ければ、それをもとに対話型生成AIを利用するにあたっての注意点などを注意喚起していくというところにつながるのではないかと。

事務局：私たちが作った後に、SNSと対話型生成AIを分けた方がいいのではという話がでたので、改変していきたい。選択肢がネガティブなことについては、SNSや対話型生成AIを使ってこんな気持ちになることはありませんか、というところを確認したいと思ってこの選択肢になっている。確かに、ポジティブな感情を持つ人がいることは事実なので、事務局としても迷っている。

議長：SNSでネガティブな感情は結構出てくると思うので、SNSに関してはネ

ガティブなワードばかりでもいいと思うが、対話型生成 AI についてはネガティブワードとポジティブワード、両方入れるのはどうか。

構成員：SNSと対話型生成 AI は違う。LINEなどのSNSは友達との会話に近く、インスタやFacebookは集団型SNSなので、いじめやスプリットリングが起きやすい。対話型生成 AI は、なにを言えば心地よくなるのか莫大な情報量を持っていて、今のところは肯定型の対話をする。だから、対話型生成 AI にどれだけ救われたか、SNS でどれだけ嫌な思いをしたかと聞いてもシンプルでいいと思う。

SNS は人に自分を見せるときの自分ということで、非常に劇場型で演技しやすい。対話型生成 AI に対して演技する人は少ないと思う。SNS では何が起こりやすいのか、対話型生成 AI では何が起こるのか、仕分けをするといいのかもしれない。

構成員：小学校高学年から自殺する人はいるので、対象を中学生にも広げるべきだと思う。中学生にもアンケートを実施することで、社会が自分たちにも興味を持ってもらっているんだと感じて、自殺にストップがかかるかもしれない。それを分かってもらうためにも対象を拡大していただきたい。

構成員：このアンケートは中学生には難しすぎるので、もう少し柔らかい表現にしないといけないし、小学生を対象にするのであれば、噛み砕いた表現で、ルビも振らないといけない。そこから始めないといけない。

教育委員会でも対話型生成 AI を試験運用しており、かなりの子どもたちが悩み相談をしてくれている。SNS 相談も実施していて、「消えたい」と書く子もいる。スクールカウンセラーの先生などの力を借りながら運用しているところ。

構成員：子どもの頃にいじめや虐待、ヤングケアラーだったといった経験がある人が、その後も生きづらさを抱えながら生きているという相談をよく受ける。家族の問題だとしても、問題がヤングケアラーだったり、虐待だったりするが、選択肢は「家族に関すること」となっていて、回答者側からすると答えにくいと感じる。もう少し深いところまで聞いてもいいのではないか。

事務局：ご指摘のとおり。検討を重ねていきたい。

議長：対象を若年にするというところはどうか。

事務局：中学生の自殺も見過ごせないところだが、今回は予備的な調査なので、高校生を対象とさせていただきたい。中学生の問題も深刻であるとは認識しているので、しっかり考えていきたい。

構成員：具体的にどういう手順で回答をお願いする想定か。

事務局：高校と設問について打合せを詳細にした上で、了解を得た高校の生徒を対象に調査をする。オンラインによる回答なので、回答するかどうかはその高校生の意思によるものになる。

構成員：不登校の生徒の自殺も増加傾向にある。高校への配布による調査だと、不登校の生徒が回答できないかもしれない。自宅への郵送など、不登校の生徒も回答できるような方法を検討してほしい。

事務局：その点については検討をしたが、今回は予備的な調査のため配布としたい。

構成員：問6について、選択肢1～3について、もう少し細かく分けた方がいいのではないか。「勉強に関すること」は、受験勉強であれば「進路に関すること」とも捉えられるし、「就職に関すること」は高校生にとっては「進路に関すること」とも捉えられるので、選択肢を切り分けるなど工夫してもいいのではと思った。あと、若者には自分でSNSに投稿する人もいる。投稿に「いいね」がもらえるかどうか気になる、ということもある。こういった「目に見えない相手」を選択肢に加えてもいいのではないか。

また、問22にひきこもり支援センター「すてっぷ」を入れてはどうか。

事務局：日頃感じているイライラやストレスなどの悩みについて、この内容だと高校生にはフィットしないのではないかと感じていたところ。高校の先生のご意見も伺いながら、選択しやすいものに改変していきたい。

ひきこもり支援センター「すてっぷ」については追加するよう修正する。

構成員：問22を回答するとき、高校生が相談機関を活用してみたいと思うかもしれないので、相談機関の一覧を資料として載せてもいいのでは。

事務局：検討していきたいと思う。

構成員：問2について、年齢のみを聞いているが、留年などの場合もあるので、学年も聞いた方がいいのではないか。

また、問6について、選択数を3つに限定した理由は何か。

事務局：問6は、主なものは何かを問う意図だったが、複数回答にして、子どもたちがどのようなことに悩んでいるのかを把握するという方法もある。検討したい。学年については、学校との協議で検討したい。

構成員：問13で健康状態について尋ねた後、問14でこころの健康について尋ねているが、若い世代はうまく言語化できずに、体の症状として表れている場合がある。いきなりこころの健康について聞くのではなく、頭痛がするのか、腹痛があるのか、などワンアクション入れてもいいのではないか。対話型生成AIは非常に有用だが、のめりこんでしまう危険性もある。SNSや対話型生成AIそれぞれにどれくらいの時間没頭しているのか、リアルな世界でどれだけ人と関わっているのかについて尋ねてもいいのではないかと思う。リアルでない世界にのめり込むことで、リアルな世界で孤立してしまう可能性については懸念している。

構成員：問12-1で、身近な人から「死にたい」と打ち明けられたときの行動について聞くことが、このアンケートの中でどういう意味を持っているのか知りたい。

事務局：高校生を対象とした同世代ゲートキーパー研修をやっている。心配な方が身近にいたときに、今の高校生がどれくらい対処できているのかを把握し、今後のゲートキーパー養成研修に生かしたいという思いで設定した。

構成員：問 6 の選択肢に「部活について」を入れてほしい。部活のことで悩んでいる生徒は非常に多い。

構成員：問 22 の相談窓口は北九州市内に特化した相談窓口ということでもいいか。県警も 24 時間対応の窓口がある。広く周知するという意味では、この相談窓口を載せてもいいのではと思った。

議長：弁護士会にも相談窓口があるので、問 22 に弁護士会、司法書士会も入れておいた方がいいと思う。

構成員：問 11-2 に、「学校の先生やスクールカウンセラーに相談した」という選択肢を加えた方がいい。

事務局：そうする。

構成員：問 22 で紹介した相談窓口にアクセスしやすいように 2 次元コードなどをつけておくのもいいかと思う。

議長：委員からの意見は一旦議長に一任し、議長が最終案修正について事務局とやり取りをするということによろしいか。後日、事務局より最終の調査票を送付させていただく。

構成員：(異議なし)

#### 【報告事項について】

(意見、質問なし)

## 9 その他

傍聴者 2名

事務局：北九州市自殺対策連絡会議構成員の自殺対策取り組み状況票について、現在市ホームページで公開しているところであり、最新情報への更新にあたり、内容の確認について協力を依頼した。

10 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