

昨年6月にとりまとめた「こどもの自殺対策緊急強化プラン」に基づき、こどもの自殺対策に関し、こども・若者が支援につながりやすくなるための方法や、実際に利用した、利用しなかった施策についてその背景等を把握し、今後の支援策の検討に活用することを目的として、以下のとおりヒアリング及びアンケートを実施。

### 1. 「こども若者★いけんぷらす」におけるヒアリング及びアンケート調査

「こども若者★いけんぷらす」の「ぷらすメンバー」に登録しているこども・若者（16歳以上）に対し、ヒアリングを実施（9月23日）。

また、ヒアリング応募者のうち、ヒアリングを実施できなかった方を対象にアンケートを実施（11月27日～12月11日）。

### 2. こどもの自殺対策支援を行う団体へのヒアリング

9月下旬にこどもの自殺対策支援を行う3団体（全国自死遺族総合支援センター、あしなが育英会、全国自死遺族連絡会）に対し、取組にあたって工夫している点や行政の実施する支援策の改善点等についてヒアリングを実施。

### 3. 自身が死にたい気持ち（自殺念慮・希死念慮）を抱いた経験のある方などへのヒアリング

9月中旬～下旬にかけて、自身が死にたい気持ち（自殺念慮・希死念慮）を抱いた経験のある方や自死遺族の方4名に対し、ヒアリングを実施。

# 1. 「こども若者★いけんぷらす」におけるヒアリング及びアンケート調査

## ヒアリング・アンケート概要

ヒアリング		アンケート	
開催日時	令和5年9月23日（土）14:00～16:00	調査期間	令和5年11月27日（月）～ 12月11日（月）
参加対象者	ぷらすメンバーのうち、高校生世代以上	調査対象者	ヒアリング応募者のうち、ヒアを実施できなかった方（ヒア抽選の落選者）
参加人数/ グループ	○1班（15歳～18歳）：3名 ○2班（19歳～22歳）：4名 ○3班（23歳～30歳）：3名	回収状況	・調査対象者数：57人 ・有効回答数：14件
テーマ	生きづらさ、自殺したいという気持ちになった人に必要な支援について		
内容	<ul style="list-style-type: none"> <li>① 実際に利用した支援策について</li> <li>② 利用しなかった支援策について</li> <li>③ その他こどもの自殺対策に関するご意見について</li> </ul>		

掲載リンク：<https://www.cfa.go.jp/policies/iken-plus/hiroba/hitsuyounashien/>

## ヒアリング・アンケート結果 概要

### 1. 気持ちが楽になったきっかけ・知っている支援策について

#### (気持ちが楽になったきっかけ)

- 寝て気持ちを落ち着かせたり、部活に行って明るい空の下で仲間と楽しむ。
- 一番楽になったのは、知らない相手とのチャット相談。
- 学校を休んだ・辞めた。

#### (知っている支援策・相談窓口)

- 使ったり、聞いたりして感じたこと
  - ・ 今はキーワードを入れて調べると色々な相談窓口が見つかるのでいい時代。電話以外にもチャットの窓口もある。
  - ・ 寄り添ってほしくて相談するのだが、返ってくる言葉は解決しようとする言葉で、寄り添ってくれない。
  - ・ カウンセリングを体験できるような仕組みがあると、気軽に相談できて、良い。
  - ・ 大学にハラスメント対策室があり、スクールカウンセラーがいるが、在席中となっていることがすごく少ない。
  - ・ 相談電話にかけたことがあるが、つながらなかった。チャットも混んでいると返事が来ない。
  - ・ ボランティアではなく、専門職の方に相談できる方が安心する。
- 期待すること
  - ・ 「悩んでいることがあったら相談できる」というのがこどもにもっと分かりやすく伝わると良い。
  - ・ ただただ自分の話を「つらかったね」と聞いてほしい。  
解決策を出されるのではなく、慰めてもらえたり、自分の気持ちを吐き出したりできる場所があれば良い。
  - ・ 対象者からの相談を待つのではなく、支援する側から積極的に働きかけることも必要。
  - ・ 学校にスクールカウンセラー、スクールソーシャルワーカー、児童相談員を常時配置し、日ごろから積極的にこどもと関わりをもち、こどもとの信頼関係を育んでほしい。
  - ・ SOSを受け取った人が相談できるような機関がほしい。

## ヒアリング・アンケート結果 概要（続き）

### 2. その他こどもの自殺対策に関するご意見について

#### ○ 気持ちが落ち込んだときに支えになる場所・人

- 家族や友達、先生など身近な人だったら落ち込んでいても話しやすい。
- 家でも学校でもない居場所があると良い。
- 「自殺したい」と思う前の小さな悩みから、相談・解決できるような窓口を増やした方が良い。
- 何でも話せる場所があるといい。
- いかにも治療だったり、悩み相談というよりは、実際に会ったことがない距離感の人の方が話しやすい。

#### ○ 「こどもの自殺対策強化プラン」について共感できる点・追加すべき点

（「こどもの自殺対策強化プラン」について感じたこと）

- 「SOSの出し方に関する教育」について、出されたSOSをどう受け止めるかの方が大事な気がしていたので、SOSをどう受け止めるかの取組が記載してあって嬉しい。

（自殺対策として考えた方がよいこと）

- 進路指導、学業不振が自殺の理由に上がっているのので、その対策を考えた方が良い。
- 進学先の選択肢として、通信制の学校があるということを周知するべき。
- 「（何かあったら）相談しましょう」と言われていたが、どういう悩みを抱えている人が相談したらいいのかが分からなかった。何がいじめや虐待なのか、具体例があると良い。
- 精神科や心療内科は人が多くて全然予約できず、今つらいのに、今病院に行けないということがある。この問題にも自殺対策として取り組んでいくべきじゃないかと思う。

### 1 全国自死遺族総合支援センター ヒアリング結果 概要

#### 1. 親やきょうだいを自死により亡くした子どもに対する支援策として、団体においてどのような取組を行っているか。取組に当たって留意している点や工夫している点等あるか。

- 6～18歳の親やきょうだいを亡くした子どもとその家族（保護者）を対象とした対面式の集まりを毎月1回開催している。また、18～30代までの身近な人を亡くした若者のつどいをオンラインまたは対面式で年に10回開催している。
- こどもの死別体験者は非常に少なく孤立している。大きな衝撃を受け、その気持ちをどう表現したらいいか分からない。居場所づくりに当たっては、無理に言葉にさせようとはせず、安心して、ありのままの自分でいられるような場所づくりが大事だと考えている。
- こどもたちが経験を共有することで一人じゃないと感じられるように取り組んでいる。また、支援を受けて大学生になりスタッフとして参加しているこどもの姿を見てお手本として見せることができている。
- 自死遺族の中にも様々な人がおり、亡くなった人を恨んでいるという人や、LGBTQ、未婚のパートナーもいる。「大切な家族を亡くした」というような表現ではなく、単に「身近な人を亡くした」といった表現を使うことで、自死遺族に配慮するようにしている。

#### 2. 取組に当たり行政の実施する支援策を利用したことはあるか。 利用したことがある場合：効果があったと考えられる点や、改善すべきと考えられる点はあるか。

- 現在、国の交付金を受けているが、自治体における当該事業については補助率が1/2であり、半分は自治体が負担する必要があり厳しい。
- 東京都は自殺対策に熱心だが、そうでない自治体もあり、地域によって差があることが課題。

### 1 全国自死遺族総合支援センター ヒアリング結果 概要（続き）

#### 3. 行政の実施する支援策（相談窓口等）について、こどもや若者がアクセスしやすくするためにはどのような方策が必要と考えられるか。

- 対面やオンラインなど、相談方法の選択肢がたくさんある方が良い。

#### 4. 「こどもの自殺対策緊急強化プラン」に対し、足りない部分やご意見はあるか。

- 「遺されたこどもへの支援」の項目は、非常に大切である。
- こども家庭庁に自殺対策室ができたことは、それだけ事態が深刻だと受け止めている。

#### 5. その他

- 遺されたこどもや若者の居場所がない。ありのままの感情を安心して表出できる環境、学校でも家でもない、第3の居場所が必要ではないか。
- グリーフケアは重要と考えており、支援者の養成は急務。遺児遺族支援を政策の中できちんと位置づけることが重要。

### 2 あしなが育英会 ヒアリング結果 概要

#### 1. 親やきょうだいを自死により亡くしたこどもに対する支援策として、団体においてどのような取組を行っているか。取組に当たって留意している点や工夫している点等あるか。

- 自死だけでなく、様々な要因で親を亡くしたこどもの支援を行っている。「奨学金」、「教育支援」（高校生～大学生を対象とした学生寮の運営）、「心のケア」（対象は0歳～中学生）の3事業があり、切れ目のない支援を行っている。  
コロナ禍以降、自死で親を亡くしたこどもの対応件数が増えている。
- 「心のケア事業」は東京、東北、神戸の3か所で、個別支援とプログラムの提供をしている。個別支援はオンラインも含めた面接。
- プログラムを実施する際はこどもをリードしようとせず、自分自身の気持ちなど遊びの中で表現するよう手助けしている。  
また、年代を区切らないプログラムも実施している。  
年齢が異なる者同士の交流でも、モデルとなる人との出会いがあるなど、気づきが得られることがあるようだ。
- 相談対応等を行う中で、案件によっては学校と連携して虐待への対処を行ったケース等もある。  
地域の関係機関とゆるいネットワークを形成・維持し、事案に応じて対処ができる人のところにつなぐ（質のいいたらい回し）ということを心掛けている。

### 2 あしなが育英会 ヒアリング結果 概要（続き）

#### 3. 行政の実施する支援策（相談窓口等）について、こどもや若者がアクセスしやすくするためにはどのような方策が必要と考えられるか。

- そもそもどのような支援策があるのか、把握していない。
- 自死遺族の立場としては日常的に困ることはなかったが、進学をきっかけに悩み、本支援団体につながった経験がある。支援につながるきっかけは様々だという認識が必要。
- 衣食住が足りて、ようやく死別のことに向き合える。自死遺族にはグリーフケアだけでなく総合的な支援が重要。自死遺族が困ったときに相談先があること、その後のつなぎ先が明確であることが大切。
- 自死遺族のこどもに対し、今後の進路等でどのような支援が必要になってくるか、事前に情報を教えることも大事。

#### 4. 「こどもの自殺対策緊急強化プラン」に対し、足りない部分やご意見はあるか。

- プランの中に1行しかないが、「遺されたこどもへの支援」は、大切にしてほしい。
- 地域における協議会設置などネットワーク形成に関する施策が講じられることがあるが、そのような場では各団体が報告だけして終わり、形式的なつながりしか形成されないことが多い。個人的なつながりの方が実際には機能するように感じる。機能するネットワークづくりをするには、事例検討会を行うなど、参加者間でともに考え、学ぶことが重要ではないか。
- 自殺対策基本法施行で、自死遺族の分かち合いの場は全国に作られているが、自死遺児のための場は圧倒的に足りておらず、特に地域で小さく集まれるような場（気持ちを分かち合えたり、寺子屋のように勉強を通じてつながれたりすることで自殺予防の機能も持つ場）がない。プランに場づくりの記載があると良い。
- 自死遺児のこどもの中には、親の死因を言うことを止められ、自分の気持ちを話せず辛い思いをしている子もいる。自殺のリテラシー教育を進めてほしい。
- SOSを出す教育はとても大切だが、受け手の教育が足りない。先生が受け止めるのは負担が大きく、先生が生徒を適切な相談先等につなげることができるようにすることも大事だと考える。



### 3 全国自死遺族連絡会 ヒアリング結果 概要

1. 親やきょうだいを自死により亡くしたこどもに対する支援策として、団体においてどのような取組を行っているか。取組に当たって留意している点や工夫している点等あるか。

- 心のケアだけでなく生きるための総合支援を行っている。加えて、24時間365日の支援体制を支援団体やボランティアのネットワークでつないでいる。
- 遺児だけでなく、一緒に暮らしている人が笑顔でいられるように取り組んでいる。  
また、14歳未満の遺児支援は保護者の許可を得た上で支援している。
- 家族の死因が自死であるという理由から、こどもが追い詰められるケースがあるため、支援を行う際には周囲にも配慮している。

2. 取組に当たり行政の実施する支援策を利用したことはあるか。  
利用したことがある場合：効果があったと考えられる点や、改善すべきと考えられる点はあるか。

- 地方自治体や団体への補助金が減っている。一つの大きな団体に多額の助成を行うのではなく、各地域で活動する団体を広く支援してほしい。

### 3 全国自死遺族連絡会 ヒアリング結果 概要（続き）

#### 3. 行政の実施する支援策（相談窓口等）について、こどもや若者がアクセスしやすくするためにはどのような方策が必要と考えられるか。

- 相談窓口を24時間365日体制にすること、相談を受けるスタッフのスキルの底上げと大幅な増員、ワンストップ体制を整備し「助けてもらえる」と実感してもらうことが必要。

#### 4. 「こどもの自殺対策緊急強化プラン」に対し、足りない部分やご意見はあるか。

- 要因分析を行う際の情報の取扱いについては、自殺対策基本法第9条（※）を守ってほしい。
  - ※ 自殺対策基本法（平成18年法律第85号）  
（名誉及び生活の平穏への配慮）  
第九条 自殺対策の実施に当たっては、自殺者及び自殺未遂者並びにそれらの者の親族等の名誉及び生活の平穏に十分配慮し、いやしくもこれらを不当に侵害することのないようにしなければならない。
- 自殺の要因分析ではなく、調査目的を「真実の究明」としてほしい。

#### 5. その他

- 自殺関係の広報は、訴求先に的確に届くようにしてほしい。例えば関係団体にポスターを機械的に届けるのではなく、市民の憩いの場や市役所の待合室、トイレなど、広報媒体の掲載場所は工夫してほしい。また、こども向けの広報物も、教室で資料配布だけして説明もないようではこどもにも保護者にも届かない。こどもにも広報物の内容をきちんと説明するなど、当事者にちゃんと情報が伝わるよう現場でも取り組んでほしい。広報物を自治体に配布する際には、具体的な広報例や広報する際の留意点など、あわせて具体的に明示すれば、現場も変わるのではないか。
- こどもへの広報については、1人1台端末も活用できるのではないか。
- 自治体の長の直属部局に具体的に動く実働部隊を置き、当事者と向き合い希望を与える支援策を講じている（成果を上げている）自治体等の取組を参考にして、施策に反映して頂きたい。

## ヒアリング結果 概要

#### 1. 行政の実施する支援策を利用したことはあるか。

利用したことがある場合：効果があったと考えられる点や、改善すべきと考えられる点はあるか。

- 「いのちの電話」を利用したが、つながらないことも多く、また電話対応者によって傾聴スキルに差があると感じた。
- 一時保護所を出た後に自宅に戻されるのではないかと不安であったため、児童相談所につながることに不安を感じたことがある。
- 学校のアンケートで、親との関係でつらい思いをしている旨を回答したら「この結果を親に伝える」と言われてしまい、回答を変更せざるを得なかった。安心して回答できなくてはアンケートの意味がない。
- 電話相談窓口はかけたが、つながらなかった。
- 一時保護所は雑魚寝で、職員からの指導が厳しくつらかった。
- スクールカウンセラーが傾聴してくれることはよかったが、問題解決につながらない場合もあった。
- （親の死後）里親家庭で社会的養育を受け、実家を離れられたことで気持ちが落ち着いた。とても感謝している。
- 心理士と相談したときに、「あなたの責任じゃない」「（親の自殺は）しょうがないことだった」という言葉に救われた。
- 学校の教職員等の理解・配慮が助けになり、とても重要だった。  
教職員に書類の手続きの案内（就学援助制度）や提出のサポート、スクールカウンセラーの紹介、児童相談所との連携など、生活面と心理面の両方から必要なサポートにつなげてもらった。  
また、死別や措置など、家の事情を知っている友人と同じクラスだったことも心強かった。

（支援策の存在は知っているものの）利用しなかった場合：なぜ利用しなかったのか。どのような点が改善されれば利用するか。

- 学校の相談室はガラス張りで誰が相談しているか外から見えてしまう点が相談しにくい。利用する場合は自主的に申し出る必要があり、ハードルが高い。申し出なしに週1くらいの頻度で全員に相談が実施される方がよい。
- 相談窓口は、傾聴するだけでなく、問題解決に向けて一緒に考えてほしい。

## ヒアリング結果 概要（続き）

### 2. 行政の実施する支援策（相談窓口等）について、子どもや若者がアクセスしやすくするためにはどのような方策が必要と考えられるか。

- 個人情報への配慮も必要だと思うが、相談窓口のHPに職員の顔写真やプロフィールが掲載されていると安心して相談できる。
- どのような相談を受け付けてくれる窓口なのか、HPに分かりやすく示してくれていると安心して相談できる。内容が古く、専門的なことしか書いていないようなHPはアクセスしづらい。連絡して「ここでは相談を受け付けられない」と言われると辛いので、HPがなく、どんな相談内容を受け付けてくれるのかわからないような相談窓口には連絡できない。
- SNSによる相談は電話相談よりハードルは下がるが、デメリットもある。例えば、文字で経緯を相談するのが辛く、何から伝えたらいいのか分からない人もいる。
- 死にたい気持ちは深夜に強くなる。行政の相談窓口は業務時間が限られていることが多い。24時間じゃなくてもいいから、夜に相談できるとよい。
- 学校でのカウンセリングを希望制にするのではなく週1程度で全員に実施。
- （運営自体は民間のものが多いが）グリーフケアの場があることについての理解促進・場の拡充。
- 心のケアを受けやすくなる、同じ経験をした人と話せる、そうした状況下のこどもの気持ちへの理解が広がる、本やパンフレットで情報を得られるなど、自分の経験について考えられる機会が増えると良い。

### 3. 「こどもの自殺対策緊急強化プラン」等に対し、足りない部分やご意見はあるか。

- プランの内容は大切だが、「自殺」そのものの対策というよりも、「日常」の困りごとへの支援が必要だと思う。
- 教員など子どもと接する大人が、子どもを傷つけないような対話の方法等を学ぶ場面を多く作る必要がある。個々人の力量に任せるだけでは適切な対応はできない。
- 教育の中で、子どもには権利があり、自分が尊重されるべき存在であるということをちゃんと教えてほしい。
- 相談窓口だけでは解決にならない。居場所（できれば対象者や利用目的が限られていないもの）の確保が大事。特に地方ほど居場所になる場所が少ない。
- 家族が自死した後の子どもへの支援だけでなく、家族が自殺関連行動を起こしており、その影響下にある子どもへの支援策の充実が必要。
- グリーフケアは「大事な人」「愛する人」を亡くした人への支援として語られることが多いが、対象となる児童が虐待を受けている場合、これらの文言だと素直に支援につながれない場合があるので、複雑な家庭環境を抱える子どもでもグリーフケアを利用できることを周知すべき。
- 親子分離は最終手段ではない。養育者と子の命を守ることが最優先であり、必要があれば親子分離や、その先の社会的養護による支援を行うべき。