

# 平成30年度自殺防止のための研修会 開催報告

メタデータ	言語: Japanese 出版者: 金沢大学保健管理センター 公開日: 2025-05-07 キーワード: 作成者: 三浦 佳代子 メールアドレス: 所属:
URL	<a href="https://doi.org/10.24517/0002002549">https://doi.org/10.24517/0002002549</a>

This work is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International License.



# 平成 30 年度自殺防止のための研修会 開催報告

三浦 佳代子

## 1. はじめに

20 代を中心とする若い世代の自殺率は高い水準にあり、自殺防止は大学の喫緊の課題である。大学教職員は、身近に接する学生から、ある日突然に「死にたい」と相談されることもあるため、相談者の話を聴き、適切な相談窓口につなげ、慌てずに暖かく見守るという姿勢が学生の自殺予防という点において重要である。

このような状況を踏まえ、2017 年度に金沢大学学生自殺防止専門委員会が設置された。今年度はゲートキーパーとしての知識やスキルを習得することを目的とした自殺防止のための研修会を開催したので報告する。

## 2. 研修会概要

開催日時：2018 年 11 月 22 日（木）13：00～14：30

開催場所：金沢大学 総合教育講義棟 C3 講義室

参加者数：47 名（定員 50 名）

講師：田中 生雅 先生（愛知教育大学健康支援センター教授・精神科医）

題目：「大学での自殺相談対応研修を受けてみよう - あなたが守るいのちのともしび（全国大学メンタルヘルス学会版）-」

主催：金沢大学学生自殺防止専門委員会

## 3. 自殺の現状（講演）

前半は統計データに基づいた自殺の現状について報告がおこなわれた。自殺者数の推移をみると、バブル崩壊後でもある 1998 年に 3 万人を超えているが、その後は徐々に減少している。減少している背景としては、2006 年に自殺対策基本法が成立し、2007 年には自殺総合対策大綱が制定されたことが関係している。注目すべき点としては、男性が女性の倍以上であるということである。特に自殺者数が多かった時代には、50 代男性の自殺者数が非常に多かった。最近では、中高年の自殺者数は少なくなっており、年齢階級別に自殺者数の年次推移をみると、30 歳代は 9 年連続、40 歳～60 歳代は 8 年連続で減少している。

これは、うつ病の早期発見・早期治療により自殺を乗り越えることが出来ていたり、景気の安定、経済的な問題の減少など複合的な要因により減少したと考えられている。年齢別の死因については、40 歳手前までは自殺が死因の第一位となっている。自殺の原因・動機別自殺者数の年次数位をみると、経済・生活問題は 6 年連続、家庭問題、勤務



問題、男女問題及びその他は4年連続、健康問題は2年連続で減少、学校問題は微増している。

#### 4. ゲートキーパー研修（グループワーク）

後半は、全国大学メンタルヘルス学会 HP の「あなたが守るいのちのともしび」テキストを使用したゲートキーパー研修が行われた。まず初めに、“自殺で大切な人を亡くした時に残された人はどういう気持ちになるか？”、“最終的に自殺をしようと思うのはどうしてなのか”、“最後に自殺をしてしまう時にはどういう気持ちになったのか？”といった点について考え、意見を共有した。

次に、テキストに沿って、「自殺危険因子」、「うつ状態の症状」、「希死念慮と自殺念慮」、「うつ病以外の精神状態と自殺」、「うつ病の簡易チェックリスト」、「自殺を考えている人に向き合うときの心構え」、「自殺を考えている人との会話」について学び、グループ討議を行いながら理解を深めた。



#### 5. おわりに

研修会を通して、学生と関わる教職員一人一人がゲートキーパーとしての重要な役割を担っているということを認識することができた。学生の自殺を防止するには教員、職員、専門職等が力を合わせ、全学的に取り組んでいくことが望まれる。