

国民一人ひとりの気づきと見守りを促す取組

1 自殺予防週間の設定と啓発事業の実施

9月10日の世界自殺予防デーに因んで、毎年、9月10日から16日までの一週間を「自殺予防週間」として定め、幅広い国民の参加による啓発事業の実施により、命の大切さとともに、自殺の危険を示すサインや危険に気づいたときの対応方法等について国民の理解を促進することとしている。

内閣府では、平成22年度「自殺予防週間」において、関係省庁、地方公共団体等に啓発事業の実施を呼びかけるとともに、9月10日に「自殺対策国民会議2010」を開催した。同会議では、当事者が支援を求めやすい環境を作るための「生きる支援」を展開するため、経済団体、労働団体、関係する職能団体、当事者等の団体及び支援団体、関係する学会、直接自殺対策に資する活動を展開している団体以外の、広い意味での自殺対策に資する活動を展開している団体及び自殺対策に関する普及啓発事業等に協力することができる全国組織・体制を有する団体等、できる限り幅広い団体からの参加を得て、これら団体との積極的な連携を図った。

また、不眠とうつに着目した「睡眠キャンペーン」を実施し、特設サイトを内閣府自殺対策推進室Webサイト内に開設するとともに、東京駅丸の内口前において街頭キャンペーンを実施（平成22年9月10日）したほか、

地方公共団体が全国各地で実施する同日朝の街頭キャンペーンに副大臣や大臣政務官が参加する等、全国的に一体感のある運動となるよう取り組んだ。

さらに、12月1日のいのちの日においても「睡眠キャンペーン」を実施し、新橋駅前において街頭キャンペーンを実施した。

なお、「いのちを守る自殺対策緊急プラン」（平成22年2月5日自殺総合対策会議決定）に基づき、例年、月別自殺者数が最も多い3月を「自殺対策強化月間」に設定したことから、23年3月の「自殺対策強化月間」には、テレビ・新聞・インターネット・鉄道広告等の様々な媒体で啓発活動を実施するとともに、特設サイトを開設し、周りの人の悩みに誰もが気づくことをテーマに「気づき」キャンペーンを実施した。

そして、実務面においても、「ゲートキーパー養成研修用DVD」や「ゲートキーパー一般啓発用DVD」、「ゲートキーパー養成研修用テキスト」、「誰でもゲートキーパー手帳」などのゲートキーパー養成用の資材を作成し、都道府県・政令指定都市自殺対策主管課に配布するとともに、「自殺対策強化月間」に向けて「自殺対策ファーストエイドワークショップ」を開催した（平成22年11月25日）。

TOPICS

キャンペーンによる取組

自殺予防週間及びいのちの日において、不眠とうつの関係に着目した「睡眠キャンペーン」を昨年3月の自殺対策強化月間に引き続き実施しました。

また、自殺対策強化月間においては、大切な人のこころの健康の変化への「気づき」を基本コンセプトに、国民の誰もが、悩んでいる人に気づき、声を掛け、話をきいて、必要な支援につなげ、見守る人すなわち「ゲートキーパー」になる

ことで自殺予防の当事者となり得ると意識を広げていくことを目的としたキャンペーンを実施しました。



〈睡眠キャンペーンポスター〉



〈気づきキャンペーンポスター〉

- 東京駅前街頭キャンペーン（平成22年9月10日、自殺予防週間初日）

東京駅丸の内口前にて、大臣等による街頭キャンペーンを実施。総理大臣も激励に訪れた。

- 新橋駅前街頭キャンペーン（平成22年12月1日、いのちの日）

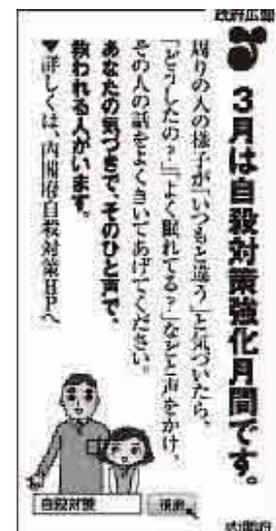
新橋駅前において、大臣等による街頭キャンペーンを実施。

〈様々な媒体からの啓発活動〉

- テレビスポット、新聞広告

「気づきキャンペーン」特設サイト（後述）との連動を図り、テレビスポット、新聞広告にて広報を実施。

- ◇ テレビスポット（政府広報）
 - 全国放送 2週間（9月20日～10月3日）「知らない編」
 - 全国放送 3週間（3月1日～21日）「ひと声を力に編」
 - ※東日本大震災により一部CM放送を休止
- ◇ 新聞突出し広告（政府広報）
 - 全国紙、ブロック紙、地方紙（9月6日～12日、3月1日）
- ◇ 新聞記事下広告（政府広報）
 - 全国紙、ブロック紙、地方紙（10月3日、3月1日）



〈新聞広告〉

○インターネットバナー広告等

自殺対策強化月間の開始に合わせ、自殺対策推進室Webサイト内に「気づきキャンペーン」特設サイトを開設すると共に、Yahoo!JAPAN内においても特設ページを開設する等、インターネットを活用した啓発活動を展開しました。

- ◇ 検索サイトYahoo!トップページバナー 1か月 (2/28～3/31)
- ◇ SNSサイトY!ケータイ、EZweb、i-mode 2週間 (3/7～3/20)
- ◇ 自殺対策推進室Webサイト内に特設サイトを開設 (2/26～)
- ◇ Yahoo!JAPANWebサイト内にPR企画ページを開設 (3/1～3/31)

○ポスター・交通広告

- ◇ 交通広告（鉄道）
 - 車内窓上広告 2週間 (3/1～3/14)
 - 車内窓上広告 4日間 (3/14～3/17)
 - 新橋駅集中貼り 1週間 (2/28～3/6)
 - 秋葉原駅集中貼り 1週間 (3/7～3/13)
 - 有楽町駅集中貼り 1週間 (3/14～3/20)
- ◇ ポスター配布
 - 関係省庁、都道府県・政令指定都市、協賛団体等を通じて全国に配布。

○DVD・誰でもゲートキーパー手帳等の活用

自殺は個人の問題ではなく、防ぐことができる社会的な問題であること、身近な人が心の健康の変化に気づき、どのように声を掛ければ良いかを周知するため、うつ病の方との向き合い方についての対処方法（メンタルヘルスファーストエイド）などを説明する一般編・専門家編DVDや悩んでいる人への対処方法をわかりやすく掲載した誰でもゲートキーパー手帳及び養成用テキストを作成しました。



〈DVD専門家編〉



〈DVD一般編〉

- ◇ メンタルヘルスファーストエイドDVD
「こころのサインに気づいたら～悩んでいる人にあなたができること～」(一般編)

「こころのサインに気づいたら～悩んでいる人との向き合い方について～」(専門家編)

全国自殺対策主管課、精神保健福祉センター、関係省庁、協賛団体等に配布

- ◇ ゲートキーパー養成テキスト
内閣府が開催する自殺対策ファーストエイドワークショップや地方自治体で実施するゲートキーパー講習等で活用

- ◇ 誰でもゲートキーパー手帳
全国自殺対策主管課、関係省庁、協賛団体等に配布



〈誰でもゲートキーパー手帳〉

COLUMN 4

いのち支える（自殺対策）プロジェクト

平成10年から続く「年間自殺者3万人時代」に終止符を打つために、平成22年度の自殺対策強化月間にあわせて、「いのち支えるプロジェクト（以下、「プロジェクト」という）」を立ち上げました。これは、自殺対策に関連する様々なイベントや相談会等に、一体感・統一感を持たせるためのプラットフォーム（仕掛け）です。乳がん対策における「ピンクリボン運動」のように、自殺対策においてもキャンペーン用のロゴ等を作成し、全国の自治体や民間団体、マスコミや企業等にも参画を呼び掛けて、社会全体で「いのちへの支援（自殺対策）」を展開しようと企画したものです。

東日本大震災の影響があり、プロジェクトがすべて思い通りに展開したわけではありません。しかし、「プロジェクト」に向けた準備と3月半ばまでの様々な取組を通して、自殺対策の新たな地平が拓けてきたことは確かです。特に、これまで「自殺対策関係者」ではなかった分野の人たちや組織との連携が進められたことは大きな収穫でした。

具体的には、若手のクリエイターやアーティストとの連携です。「プロジェクト」ロゴのデザインをボランティアで買って出してくれたのは、広告業界の第一線で活躍する若手クリエイター。

それにキャンペーンソングを「ドネーションミュージック（売上げが自殺問題に取り組む民間団体に寄付される仕組み）」として提供してくれたのも、若者3人で作るワカバというバンド

でした。ワカバが歌う『あかり』は、「もう消えてしまいたい」と思い悩む人の気持ちにそっと寄り添いながら勇気づけてくれるメッセージソングで、ネット上でもプロモーションビデオ (<http://www.youtube.com/watch?v=ObMAh1WmKYg>) が無料で公開されています。

いのち支えるロゴマーク



自殺対策強化月間初日の3月1日にサントリーホールで開催した「第一回いのち支えるチャリティーコンサート（主催：ライフリンク、協賛：日本財団）」にも、ワカバのほか、「いのち」をテーマにして活動しているアーティストの方々が参加してくれました。『千の風になって』の新井満さん、『自死遺族に捧げるバラード』のwatariさん、『BLUE』のNAZUKIさん。それに、『生きる』をビデオ出演で朗読してくれた詩人の谷川俊太郎さんです。コンサートを聴きにいられた方々にも、広く自殺対策への理解を深めてもらう機会になったと思います。

「プロジェクト」を通じて、企業との新たな連携も生まれました。ライフリンクがデジタルデータデザインと共同で運営している「いのちと暮らしの相談ナビ（旧ライフリンクDB＝生きる支援の検索サイト）」へのリンクを、携帯大手3社（NTTドコモ、au、ソフトバンク）の携帯サイトトップページに張ってもらうことになったのです。若年世代の自殺が深刻化している中、携帯電話は若い人たちに情報を届ける最も効果的なツールです。「悩みはあるけど、どこに相談していいかわからない」といった若者向けに行った新たな試みは、3月最初の2週間で490万PV（126万アクセス）に上りました。私たちに、若者たちが置かれている状況の深刻さと効果的な情報提供の必要性を突き付ける結果となりました。

最後になりますが、3月5日に開催した「いのち支える全国キャラバン出発式（主催：ライフリンク、後援：内閣府、東京都、協賛：日本財団）」を皮切りに、これから全国各地にキャラバンシンポジウムが展開される予定です。全国の自殺対策関係者の総力を結集させて「プロジェクト」の理念をさらに具現化し、自殺に追い込まれる人が一人でも減るように力を尽くしていきましょう。

自殺対策タスクフォース事務局長代理
（内閣府参与・特定非営利活動法人ライフリンク代表）
清水 康之

2 児童生徒の自殺予防に資する教育の実施

(1) 児童生徒が命の大切さを実感することができる教育の推進

小学校及び中学校の新学習指導要領（平成20年3月28日告示）においては、自他の生命を尊重する心を育てることを重視している（小学校：平成23年4月より全面実施、中学校：平成21年4月より一部先行実施）。このため、文部科学省では、学校・地域の実情などに応じた多様な道德教育を支援するため、道德教材の活用をはじめ、道德教育の充実のための外部講師派遣、保護者・地域との連携など自治体による多様な事業への支援を行う「道德教育総合支援事業」を実施しており、命を大切にすることを育成する道德教育の一層の推進を図っている。

さらに、児童生徒の豊かな人間性や社会性を育むためには、成長段階に応じて様々な体験活動を行うことが極めて有意義である。なかでも、命を大切にすることを心や他人を思いやる心、規範意識等の育成を図ること等は極めて重要である。このため、文部科学省では、このような豊かな心の育成に資するような、自然の中での宿泊体験活動等の体験活動の推進を図っている。今後も引き続き、感性を育み、命の大切さを学ばせる体験活動等の様々な体験活動の推進に総合的に取り組むこととしている。

(2) 情報モラル教育の推進等

インターネットや携帯電話等の普及が急速に進み、児童生徒が、ブログへの書き込みや携帯電話のメールを介したはじめ等によって自殺を引き起こすおそれがあることから、相手への影響を考え適切に情報を発信する態度を身に付けることが重要となっている。このようなインターネット、携帯電話の急速な普及に伴う、いわばその影の部分の拡大への対応として、学校・家庭・地域を含む社会全体で情報モラル教育の推進に取り組むことが必要である。

文部科学省では、平成21年度より一部先行実施された小中学校の新学習指導要領（平成20年3月28日告示）の中で、各教科等の指導において「情報モラルを身に付け」ることや、道德において「情報モラルに関する指導に留意すること」などを新たに規定するとともに、中学校の「技術・家庭」の内容において「情報モラル」を重視するなど、義務教育において情報モラル教育の充実を図ることとした。21年3月に告示された高等学校の新学習指導要領では、必修教科である共通教科「情報」において、内容に情報モラルを項目立てし、充実を図った。新学習指導要領における教育の情報化が円滑かつ確実に実施されるよう、21年3月に小中学校及び特別支援学校（小学部・中学部・高等部）に対応した「教育の情報化に関する手引」を作成した。さらに、22年10月に高等学校の内容を追補した。このほか、20年度より、情報モラルの指導実践事例や指導に役立つ関連リンク集等を紹介する教員向けWebサイト「情報モラル指導ポータルサイト～やってみよう情報モラル教育～」

（<http://www.japet.or.jp/moral-guidebook/>）を公開している。本ポータルサイトでは、教員より提供された情報モラル指導実践事例（200件）について、学校種、学年、教科等から検索できるとともに、これら全ての指導実践事例について、「情報モラル指導モデルカリキュラム」（http://www.mext.go.jp/a_menu/shotou/zyouhou/1296900.htm）の学習目標・学習項目との関連付けを行っており、全ての教員の積極的な活用を促すことなどにより、新学習指導要領の円滑かつ確実な実施を図っている。さらに、23年3月には、国立教育政策研究所が、小中学校の教員が情報モラル教育を行うための参考資料として「情報モラル教育実践ガイダンス」を作成した。

また、総務省では、「放送分野における青少年とメディア・リテラシーに関する調査研

究会」(平成11年11月～12年6月開催)の提言を受け、メディアリテラシー向上を目的とする小・中学生及び高校生向けの教材を開発し、教育関係者を中心に広く一般に貸出を行ってきた。20年度からはWebサイト「放送分野におけるメディアリテラシー」

(http://www.soumu.go.jp/main_sosiki/joho_tsusin/top/hoso/kyouzai.html)を開設するとともにWeb教材を開発・掲載し、更なる普及に努めている。一方、インターネットや携帯電話等の分野においては、ICTメディアリテラシーを総合的に育成するプログラムである「伸ばそうICTメディアリテラシー～つながる！わかる！伝える！これがネットだ～」を18年度に開発し、19年7月から公開し、必要な更新を行いつつ、その普及を図っている。また、「インターネットトラブル事例集」を21年度から作成し、インターネットの安心・安全な利用に向けた啓発講座等において活用している(教育の情報化推進ページ：http://www.soumu.go.jp/main_sosiki/joho_tsusin/kyouiku_joho-ka/index.html)。

さらに、総務省と文部科学省は、通信関係団体等と連携しながら、子どもたちのインターネットの安心・安全な利用に向けて、主に保護者及び教職員を対象とした啓発講座(e-ネット安心講座)を全国規模で行うe-ネットキャラバンの活動を、平成18年度から全国において実施している。

なお、平成21年4月から施行された「青少年が安全に安心してインターネットを利用できる環境の整備等に関する法律」(平成20年法律第79号、以下「青少年インターネット環境整備法」という。)において、学校教育、社会教育及び家庭教育におけるインターネットの適切な利用に関する教育の推進に必要な施策を講ずるものとされていることから、引き続き、学校・家庭・地域を含む社会全体で情報モラル教育の一層の推進に取り組んでいく。

(3) 有害情報対策の推進

文部科学省では、青少年を取り巻くインターネット上の有害情報をめぐる深刻な問題に対応して、メディアリテラシー指導員の養成、フィルタリングの普及啓発やネットパトロールの実施など、地域の実情に応じた有害情報対策事業を支援している。また、平成23年度から新たに、ケータイモラルキャラバン隊を結成し、全国各地でインターネット上のルールや、マナーに関する参加・学習型シンポジウムを開催する。

内閣府では、青少年インターネット環境整備法において青少年のインターネットの適切な利用に関する事項について広報啓発活動を行うよう定められていることから、青少年の健全なインターネット利用に係る広報資料の配付等の広報啓発活動を実施している。

3 うつ病についての普及啓発の推進

厚生労働省では、精神保健福祉普及運動として、毎年、「精神保健福祉全国大会」を開催し、全国の精神保健福祉関係者や一般の方々を対象として、精神保健福祉に関する正しい知識の普及を行うとともに、各都道府県等においても、大会や講演会の実施等、地域住民に対する知識の普及、理解の促進を図っている。また、「うつ対策推進方策マニュアル」、「うつ対応マニュアル」を関係機関に提供するなど、うつ病をはじめとする精神疾患

に関する普及啓発の推進を行っている。

平成22年9月には、こころの不調・病気に関する説明や、各種支援サービスの紹介など、治療や生活に役立つ情報を分かりやすくまとめた「みんなのメンタルヘルス総合サイト」

(<http://www.mhlw.go.jp/kokoro/index.html>)、10代・20代とそれを取り巻く人々(家族・教育職)を対象に、本人や周囲が心の不調に気づいたときにどうするかなど分かりやすく紹介する「こころもメンテしよう～10代

20代のメンタルサポートサイト～」(http://www.mhlw.go.jp/kokoro/youth/) の2つのWebサイトを、厚生労働省ホームページ内に開設した。

地方公共団体においては、心の健康に関するホームページを作成し、各種精神疾患に関

する基礎的情報やうつ病等の対処方法、地域内の医療機関の情報の掲載、及び行政サービスや相談窓口の紹介を行い、また、同様の内容のパンフレットを配布する等により、地域の実情に応じた普及・啓発を行っている。