

## こころと命を守る緊急対策を実施します

資料4

東京都内で発見された自殺者数は、本年6月以降増加傾向です。また、新型コロナウイルス感染症の影響は、健康問題にとどまらず、失業や休業等による就労環境の変化や、生活の不安定化等による心身面の不調など、都民生活のあらゆる面に拡大しており、今後も自殺リスクの高まりが懸念されています。

そこで、「早期発見・未然防止」、「相談体制の強化・充実」、「普及啓発・理解促進」を3つの柱として、都民の「こころと命を守る」緊急自殺予防対策を実施します。

### 1 早期発見・未然防止

インターネットによる広告やリーフレットの配布等を実施するとともに、こころに不安を感じた人が気軽に使用できるAIチャットボットを試行します。

#### (1) 検索連動型広告の実施（1月下旬開始予定）

例年、3月と9月の自殺対策強化月間で実施している、「しにたい」などと検索した方に相談窓口を案内する検索連動型広告の実施期間を拡大します。

#### (2) 離職者向けリーフレットの作成、配布（2月下旬頃配布予定）

セルフケアの手法や生活を支えるための支援策を案内するリーフレットを作成し、区市町村やハローワーク等を通じて配布します。

#### (3) AIチャットボットの試行（本日14時開始）

外部有識者等が制作したAIチャットボットを活用し、こころの悩みと不安のケアを支援します。チャットボットは、福祉保健局ホームページ（<https://www.fukushihoken.metro.tokyo.lg.jp/iryo/tokyokaigi/>）からご利用いただけます。

### 2 相談体制の強化・充実

自殺相談専門の電話相談やLINE相談を拡充するとともに、妊産婦の方へのオンライン相談や、様々な困難を抱える若年女性の方に対する支援の強化を実施します。

#### (1) 自殺相談ダイヤルの体制強化（1月下旬開始予定）

「東京都自殺相談ダイヤル～こころといのちのほっとライン～」について、夜間帯の回線を増やします。

#### (2) LINE相談の充実（3月開始予定）

LINEを活用した自殺相談（「相談ほっとLINE@東京」の「生きるのがつらいと感じたら・・・」のメニュー）について、リスクが高い相談者に対して、相談員からアプローチできるよう機能を追加します。

#### (3) 妊産婦の方に対するオンライン相談の実施（1月上旬開始予定）

妊産婦が抱える不安に対応するため、Web会議システムを利用したオンライン相談を実施します（予約制）。

#### (4) 様々な困難を抱える若年女性に対する支援の強化（12月中開始予定）

民間団体等と連携して行っている「若年被害女性等支援モデル事業」について、新たにホテルを借り上げ、一時的な居場所を提供し、より丁寧に寄り添いながら支援につなげていきます。

\* 自殺の背景となる、多重債務、いじめ、過労、健康問題、家庭問題等に関する相談窓口は、別紙1をご参照ください。

### 3 普及啓発・理解促進（社会全体で支える取組の推進）

自殺リスクがある方を社会全体で支えることができるよう、自殺の危険を示すサインへの気づきや対応を行うゲートキーパーの役割（別紙2参照）について、より一層啓発していきます。

#### (1) 都民向け啓発ポスターを作成し、関係機関や鉄道会社等と連携し掲示（1月下旬開始予定）

#### (2) 都民向け啓発動画の作成、放映（3月開始予定）

#### (3) ウェブ広告の実施（1月下旬開始予定）

#### (4) 都職員等に対する啓発、育成

（裏面に続く）

## ◎ 自殺対策の推進のための情報発信の注意事項～特にメディア関係者に知ってもらいたい基礎知識～

自殺関連の情報発信にあたっては、WHO が定めた以下のガイドラインをご参照の上、不適切な情報発信により自殺を誘引しないよう、一層の配慮をお願いいたします。

【ガイドライン】自殺対策を推進するためにメディア関係者に知ってもらいたい基礎知識（2017年最新版）

<https://www.mhlw.go.jp/content/000526937.pdf>（厚生労働省ホームページ）

### すぐわかる手引（クイック・レファレンス・ガイド）

#### やるべきこと

- ・ どこに支援を求めるかについて正しい情報を提供すること
- ・ 自殺と自殺対策についての正しい情報を、自殺についての迷信を拡散しないようにしながら、人々への啓発を行うこと
- ・ 日常生活のストレス要因または自殺念慮への対処法や支援を受ける方法について報道すること
- ・ 有名人の自殺を報道する際には、特に注意すること
- ・ 自殺により遺された家族や友人にインタビューをする時は、慎重を期すること
- ・ メディア関係者自身が、自殺による影響を受ける可能性があることを認識すること

#### やってはいけないこと

- ・ 自殺の報道記事を目立つように配置しないこと。また報道を過度に繰り返さないこと
- ・ 自殺をセンセーショナルに表現する言葉、よくある普通のこととみなす言葉を使わないこと、自殺を前向きな問題解決策の一つであるかのように紹介しないこと
- ・ 自殺に用いた手段について明確に表現しないこと
- ・ 自殺が発生した現場や場所の詳細を伝えないこと
- ・ センセーショナルな見出しを使わないこと
- ・ 写真、ビデオ映像、デジタルメディアへのリンクなどは用いないこと

## ◎ 自殺総合対策について

東京都の自殺総合対策についての情報は、福祉保健局ホームページに掲載しています。

<https://www.fukushihoken.metro.tokyo.lg.jp/iryo/tokyokaigi/>



いのち支える

#### 問合せ先

##### 2（3）「妊産婦の方に対するオンライン相談」について

福祉保健局少子社会対策部家庭支援課

電話 03-5320-4372（直通）

##### 2（4）「若年女性に対する支援の強化」について

福祉保健局少子社会対策部育成支援課

電話 03-5320-4132（直通）

##### 上記以外の事業について

福祉保健局保健政策部健康推進課

電話 03-5320-4310（直通）