

対人援助者のための自殺対策 「ゲートキーパー」研修

特定非営利活動法人 ひだまりの森

〒234-0055 神奈川県横浜市港南区日野南 6-19-20

助成事業の概要

対人援助者は、自殺のリスクにつながるような悩みに気づき、声をかけ、話を聴き、必要な支援につなげ、見守る人というゲートキーパーの役割を担っています。ゲートキーパーとしての知識がいままに対人援助を行うことは、当事者・支援者ともに不安にさらされることになるため、ゲートキーパーとしての知識・スキルを学び、適切な対応ができる支援を目指すことを目的に以下の研修を実施しました。

(1) 『ラベルワークで考える支援の連携』全 2 回
2025 年 8 月 29 日 (金)・9 月 19 日 (金)
講師：竹迫 和代氏 (かわさき市民活動センター
理事長・参画はぐくみ工房代表)

(2) 『自殺の現状とゲートキーパーの役割』
2025 年 10 月 17 日 (金)
講師：ヴィヒャルト 千佳子氏 (公認心理師・臨床
心理士)

(3) 『事例で考える相談対応』
2025 年 11 月 7 日 (金)
講師：浜田 房子氏 (公認心理師・精神保健福祉
士)

(4) 『女性のひきこもり 孤立から支援につなぐ
ゲートキーパー』
2026 年 1 月 16 日 (金) オンライン
講師：畠山 淳子氏 (公認心理師・臨床心理士)

事業の成果

具体的な視点での研修は、即現場で活用でき、緊急対応が必要である方を見逃さないという意識が高まっています。地域の支援のすそ野が広がり、連携の機会も増えており、この意識向上が単年度で低下しないように継続的な支援者のスキルアップを実施したいと考えています。

◆当法人内

- ・ 自殺が懸念される相談者への緊急対応が躊躇なくスムーズに実施されました。
- ・ 緊急ケースに対応する際の相談員のストレス軽減が図れ、組織内の共有も円滑になりました。
- ・ 支援につながらない境界領域 (グレーゾーン) で孤立している方の存在を他機関支援者に知ってもらう機会になり、表面化しづらい方との接点となる当法人の活動の周知が進みました。
- ・ 他機関との継続的な研修・協働事業の可能性も増し、新たな事業展開が具体化しています。次年度 男女共同参画センター横浜南との共催事業 (女性の孤立を防ぐひきこもり支援) 決定

◆他機関受講者・地域社会

- ・ 自殺の現状、ゲートキーパーの役割を受講者各自のフィールドへ持ち帰り活用する波及効果が生まれているとの報告が届いています。子育て支援現場で子どもへの対応だけではな

く、母親への支援の意識が高まったとの報告
 気がかりがある方への声掛け、支援の情報提供。
 他機関への橋渡し増加しているとの報告
 ・ 地域の対人援助者や関係機関と共に研修すること
 ことで、社会課題の共有・相互理解も深まり、
 各機関の役割を活かした連携した支援も行う
 ことができます。

具体的な制度利用は公的機関が担い、日々の
 希死念慮などの不安に対しては当法人が対応
 緊急対応が必要な場合は、公的機関への通告
 を行い、必要な支援を依頼

・ 孤立から生じる自殺の兆候を見つけ、未然に防
 ぐケースがあったとの報告が寄せられました。
 円滑な支援のつながりにより要支援の選択肢
 が増し、孤立感軽減・危機的状況の回避

成果の広報・公表

当法人【子育て期の相談】は、子育てのことだけ
 ではなく、相談者自身の話ができる場です。

「私は子育て期」と思われたら、自身やお子さんの
 年齢に関係なく 20 代から 60 代以上の幅広い年
 齢層、9 割以上が女性からの相談です。

女性の就労・社会参加が当たり前になりつつある
 社会でありながら、平日の 10 時～ 16 時の相談
 利用は、法人設立の 20 年前は 1,500 件 / 年だっ
 たのが現在では 2,500 ～ 2,600 件 / 年にまで増
 加しています。その背景には、様々な生きづらさ
 を抱え、在宅せざるを得ない女性の増加があり、孤
 立の苦しさから希死念慮・子どもへの虐待を訴え
 る相談内容が件数と比例して増えています。

相談をとおしての S O S を受け止めるためにゲー
 トキーパーの役割は重要であり、当事業での研修
 は、対人援助者の意識の向上を促し、具体的な支援
 の在り方を地域で模索する機会となりました。支
 援機関の相互理解も深まり、支援の連携も生まれ
 ています。

相談からキャッチした社会課題やニーズをこのよ
 うな支援者研修に反映させると共に、S N S を活
 用して発信していき、地域での支援のすそ野を広
 げていくことを継続していきます。

今後の展開

支援の狭間にうもれ、孤立している方は、厳しい状
 況でも S O S を出せず、危機的な状況に至ること
 も少なくありません。特に子育て中の女性は、家
 事や育児で社会との接点があるかのように見られ
 がちですが、家族や必要最小限の社会との関わり
 しかなく、【見えないひきこもり】になっているこ
 とが注視されるようになっていきます。表面化しに
 くい要支援者の存在を社会全体で相互理解でき
 るよう、支援者だけではなく、どなたでも参加で
 きる研修、ワークショップなどを実施していくこ
 と目指しています。座学中心の学びの場ではな
 く、当事者と支援者が対等であること、共に考え
 歩いていくことを実感できるワークを実施する
 予定です。当事者にとって安心安全であること
 は、支援者にとっても負担感が少なく、学びの場
 とホッとできる居場所となるよう他機関と連携
 をとりながら、事業展開していきたいと考えてい
 ます。