

荒川区における若年世代の自殺予防相談事業報告書
(令和元年度版)

bond Project@あらかわ

荒川区

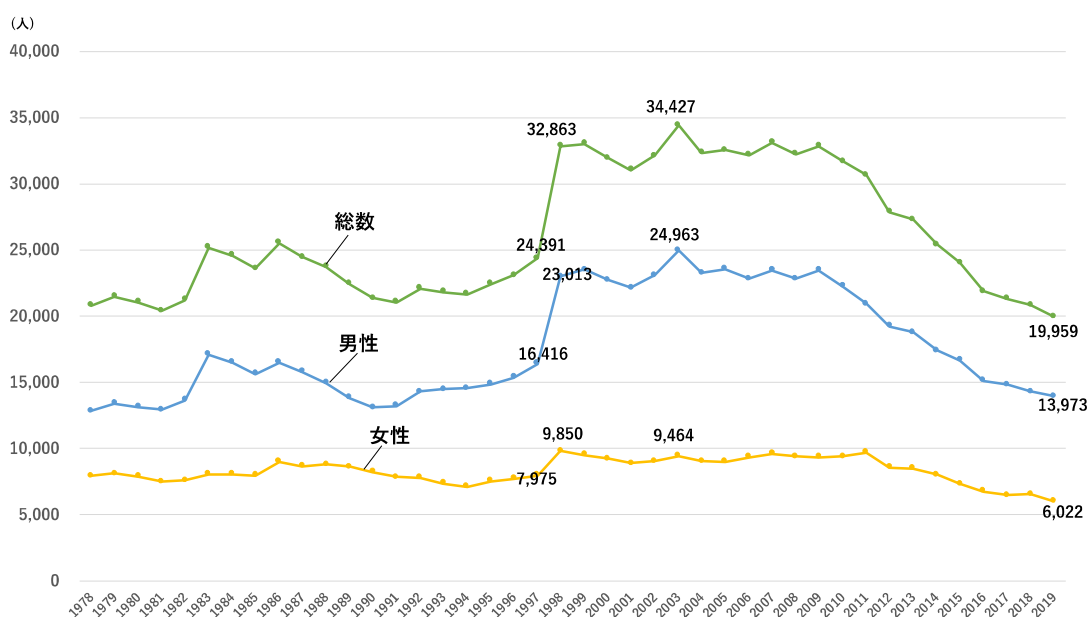
目次

はじめに	3
BOND プロジェクトの活動内容	4
1 BOND プロジェクト本部の活動内容	4
2 相談室「bond Project@あらかわ」の活動内容	6
実績報告	7
1 BOND プロジェクト全体の相談件数	7
2 「bond Project@あらかわ」の相談件数	7
3 相談内容	10
(1) 主訴と問題の背景	10
(2) 自殺念慮・自傷行為	12
事例	12
考察	15
1 家族問題	16
2 健康問題	18
3 勤務問題	19
4 経済・生活問題	20
5 恋愛問題	21
6 学校問題	22
7 その他	23
成果と課題	24
1 成果	24
2 課題	24
講評	26

はじめに

警察庁の統計に基づく2019年の自殺者数(速報値)は1万9959人だったと厚生労働省より発表されており、前年の確定値より881人(約4.2%)減り、1978年の統計開始以来、速報値で初めて2万人を割り込んでいる。自殺者数の減少は10年連続であるが、当法人にも毎日「死にたい」「生きるのが辛い」などの相談が届き、深刻な状況に変わりがないことは日々現場でも感じている。

【図1】自殺者数の推移(全国)



警察庁「自殺統計」を基に作成(2019年のみ速報値)

若年者においては自殺願望や心の声をネット上やSNSに書き込む者も多く、それらを介した事件やトラブルも後を絶たない。若年世代にとってインターネットは幼少期や児童期から身近に存在し、生活の中に当たり前のように溶け込んでいる。オンラインゲームやアプリ等も含むネットの世界、SNSはもはや特別なツールではなく、現実社会と立ち並ぶもう一つの社会やコミュニティともなりつつある。

特に容易に他者と繋がることのできるSNSでは、自殺願望を抱えた者同士が「一緒に死にたい」と連絡を取り合って集団自殺を企てる、自殺の様子を動画で配信する、さらにそれを視聴し、影響を受けて自殺念慮が高まる者が多数生じるなど、その特性ゆえの問題点がある。また、弱っていたり困っているところにつけ込む大人がSNSを介して子どもに近づき、事件に発展するケースも相次いでいる。しかし、SNSやインターネットが悪というわけでは決してなく、国や自治体によるSNS相談も増加し、若者にとって身近であることやリアルタイムのやり取りができることなどから重宝され、今や若年層の対応をする上でSNSでの相談体制は欠かせないものとなっている。

その一方で、電話や対面による相談も外すことはできない。画面上で文字を交わすだけの SNS とは違い、声のトーンや表情からも相談者と支援者がお互いに相手を知ることができ、相談者の置かれている状況や心境もより具体的に聞き取ることもできる。また、信頼関係を築ければ、相談者の悩みにも寄り添いやすくなる。

本事業では希死念慮や生きづらさなど様々な問題を抱えると思われる若年層（概ね 10 代～20 代）を対象に NPO 法人 BOND プロジェクトが電話相談、面接相談を実施し、必要時には関係機関との連携、調整を図り、同行支援を行った。本事業は平成 26 年に始動し、これまで区役所や公的な相談機関を利用しなかった層に働きかけを行うことも目的としている。希死念慮の背景には虐待、家庭不和、性暴力、DV、望まない妊娠や出産、非行、対人関係の悩み、ネットトラブル、自傷行為、精神疾患、障がいなど複数の問題が複雑に絡み合っていることも多いが、BOND プロジェクトでは相談者と同世代のスタッフが相談対応することで相談しやすい環境を作り、一つひとつ丁寧に聞き取ることが心にかけている。かつては自殺念慮を抱えていた相談者であったが、自身の状態が落ち着いた今では研修を経て支援者になったスタッフもあり、相談者たちの気持ちに共感できるからこそ、真摯に寄り添う支援も目指している。ゲートキーパーとしての役割も果たせるよう、自分自身の問題と相談者の問題を区別し、冷静な判断を行いながらも、自殺念慮を抱える理由などがあるということを理解し、他人事ではなく、時には友人のように素直な気持ちを伝えている。

BOND プロジェクトの活動内容

1 BOND プロジェクト本部の活動内容

- ・ LINE 相談
毎週月、水、木、金、土曜日【1部】16:00～19:00 【2部】19:30～22:30
(受付はそれぞれ終了時刻の 30 分前まで)
- ・ メール相談：24 時間受付
- ・ 電話相談/面接相談：必要に応じて随時対応
- ・ 出張面談
- ・ 渋谷、秋葉原、池袋等繁華街における街頭パトロール、声かけ、アンケート
- ・ ネットパトロール、ネット上での声かけ
- ・ 緊急時の一時保護/同行支援：必要に応じて随時対応。衣食住の提供。専門機関への同行や連携。
- ・ 「ボンドの家」の運営：中長期的な居場所の提供、自立を目指した生活支援を行う。
- ・ 情報発信活動：フリーペーパー「VOICES MAGAZINE」の発行、コミュニティラジオ「渋谷のラジオ」にて「渋谷の漂流少女たち」パーソナリティ、YouTube や Twitter、Instagram 等 SNS による発信、講演活動
- ・ 若年女性向けのイベント、講座等の実施。

【図2】BOND プロジェクトで行う支援の流れ

長期にわたる包括的支援 Comprehensive support



ネットパトロールや街頭パトロールなどのアウトリーチから中長期的な自立支援まで、包括的な支援を行なっている。窓口にとどり着くまでもに困難な状況にある若年者からの相談も多く、「動く相談窓口」として相談者の元に出向くスタンスや、専門機関への同行からその後のフォローなど伴走型の支援も重視して活動している。

BOND プロジェクト本部の活動風景

【写真1】LINE 相談、ネットパトロール



【写真2】秋葉原での街頭アンケート



荒川区からのアクセスも良いため、秋葉原と池袋では荒川区民の若年者との出会いも多い。

【写真3】ボンドの家・個室



【写真4】ボンドの家・リビング



居場所がない、お金がない、公的支援の対象となりにくいなど、困難な状況にあるが、自立を目指したい女の子を主な入居の対象としている。共同生活の最低限のルールのみを設け、入居のしやすさ、生活のしやすさを重視している。

2 相談室「bond Project@あらかわ」の活動内容

開室日/時間：毎週火、木、日曜日/14:00～20:00

子どもたちが来所しやすい長期休み期間中や、公的機関が休みになる祝日・休日、自殺対策強化月間に合わせた3月にもプラス15回開室し、面接相談を行なった。計165回開室。

- ・電話相談：通常開室日の16:00～19:00
- ・面接相談：開室時間内で1人につき1時間程度。予約制。
- ・必要に応じて同行支援、他機関との連携対応を行う。
- ・日暮里駅周辺を中心に街頭での声かけ。
- ・荒川区主催の会議に出席：自殺未遂者支援連絡会、自殺予防事業実務担当者連絡会、精神保健福祉連絡協議会、精神保健福祉ネットワーク会議

bond Project@あらかわの活動風景

【写真5】電話相談の様子



【写真6】面談の様子



実績報告

1 BOND プロジェクト全体の相談件数

平成 31 年 4 月～令和 2 年 3 月の相談件数 (件)

	BOND プロジェクト全体							bond@あらかわ 再掲	
	LINE	メール	電話	面談	同行支 援	保護	他機関連携	電話	面談
4 月	1,600	849	124	111	2	77	98	99	24
5 月	1,795	1,094	155	142	2	98	118	128	28
6 月	1,947	981	144	134	2	100	86	116	29
7 月	2,030	1,006	152	145	7	107	114	122	21
8 月	2,167	1,070	154	161	3	127	119	139	25
9 月	1,885	905	172	156	2	120	109	158	24
10 月	1,682	1,020	174	133	5	98	84	161	20
11 月	1,475	760	152	122	4	100	80	135	11
12 月	1,558	887	144	128	3	100	76	129	22
1 月	1,683	1,034	182	128	5	93	76	153	26
2 月	1,702	979	164	102	5	62	51	136	14
3 月	1,572	934	184	105	8	67	46	163	23
合計	21,096	11,519	1,901	1,567	48	1,149	1,057	1,639	267

2 「bond Project@あらかわ」の相談件数

平成 31 年 4 月 1 日～令和 2 年 2 月 29 日の相談データを集計し、分析した。

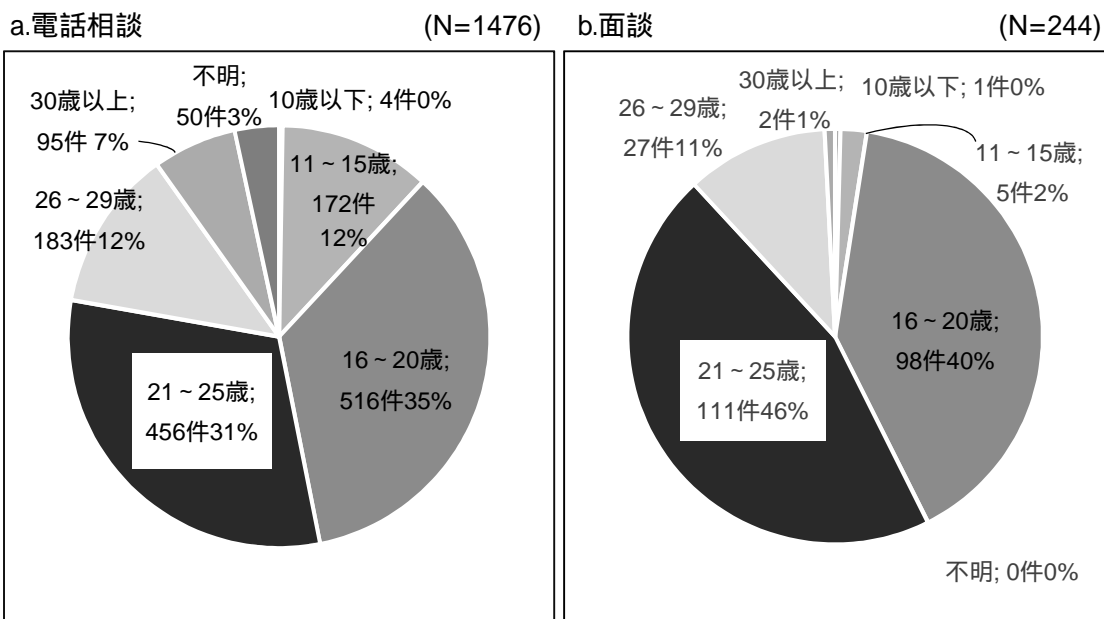
(1) 対象者数

- ・電話相談：1476 件
- ・面接相談：244 件

(2) 対象者の属性

年齢 (件)

	10 歳 以下	11～15 歳	16～20 歳	21～25 歳	26～29 歳	30 歳 以上	不明	合計
電話	4	172	516	456	183	95	50	1476
面談	1	5	98	111	27	2	0	244



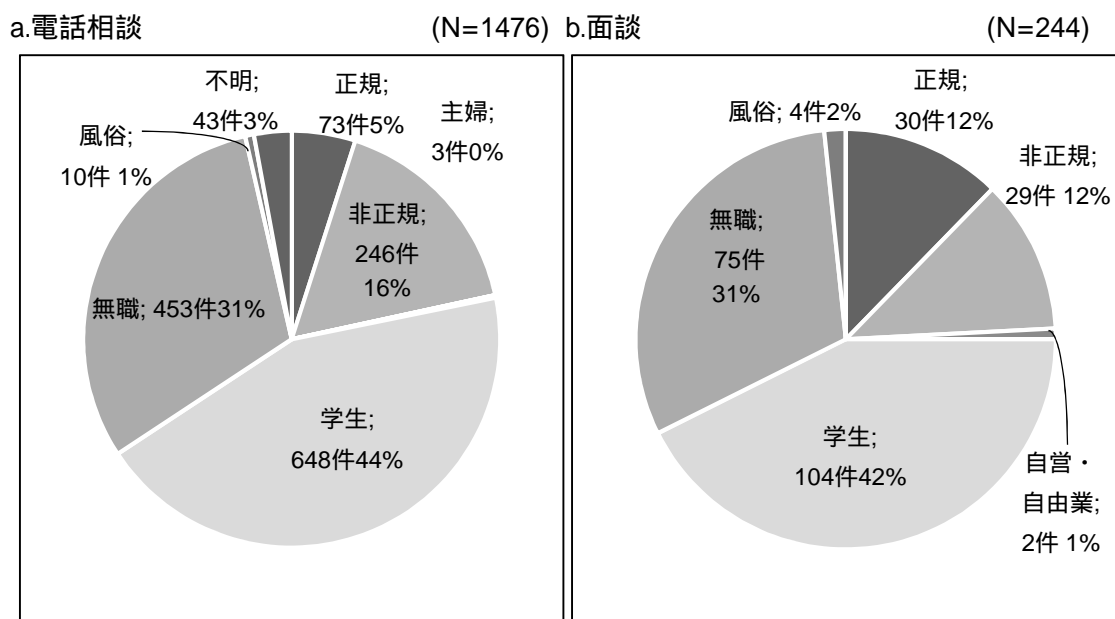
電話相談では16～20歳が最も多く、516件・35%を占めた。次いで21～25歳が456件・31%、26～29歳が183件・12%、11～15歳が172件・12%、30歳以上が95件・7%、不明50件・3%、10歳以下が4件・0.2%と続いた。

面談では21～25歳が111件・46%と最も多く、次いで16～20歳が98件・40%、26～29歳が27件・11%、11～15歳が5件・2%、30歳以上が2件・1%、10歳以下が1件・0.4%と続いた。

電話相談では面談と比較すると幅広い年齢からの相談があった。面談では10代後半～20代前半の世代が8割以上を占めていた。BONDプロジェクト本部で行なっているLINE相談を経て電話相談、面談に訪れる場合も多く、LINE相談開始以来、より低年齢の相談者も増えている。本年度は10歳以下の小学生からも自殺願望を訴える相談が届いている。

就業・就学状況 (件)

	正規	非正規	自営・自由業	主婦	学生	無職	風俗	不明	合計
電話	73	246	0	3	648	453	10	43	1476
面談	30	29	2	0	104	75	4	0	244



電話相談では学生が最も多く、648件・44%を占めた。次いで無職が453件・31%、非正規が246件・16%、正規が73件・5%、不明が43件・3%、風俗が10件・1%、主婦が3件・0.2%と続いた。自営・自由業の相談者はいなかった。表、グラフには含まれていないが、風俗と他の仕事と掛け持ちをしている事例が2件あった。

面談でも学生が最も多く、104件・42%だった。次いで無職が75件・31%、正規が30件・12%、非正規が29件・12%、風俗が4件・2%、自営・自由業が2件・1%と続いた。主婦、不明の相談者はいなかった。

性別	(件)		
	女性	男性	合計
電話	1474	2	1476
面談	244	0	244

相談者の性別はほとんどが女性を占めており、男性からの相談は電話相談で2件あった。BONDプロジェクトが元来「10代20代の女の子のための支援」として活動してきたことや、同世代の女性スタッフが対応することもあり、多数の女性からの相談が寄せられたと考えられる。

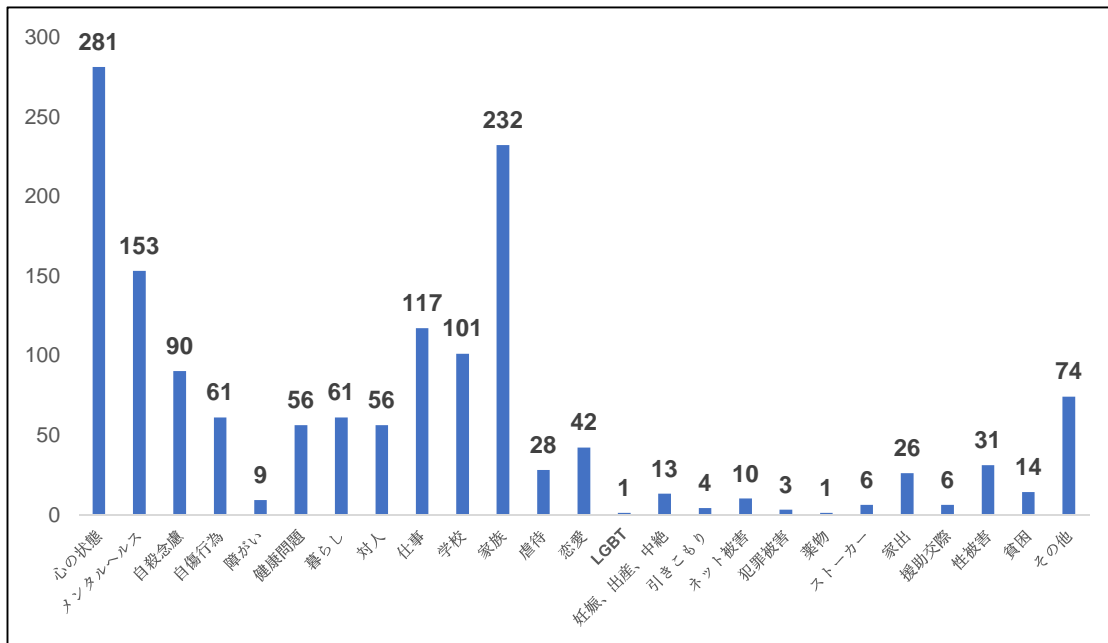
なお、セクシャリティについての悩みが寄せられる場合もあるが、本事業内においては全て本人から「女性である」と申告があったため、女性として集計している。

3 相談内容

(1) 主訴と問題の背景

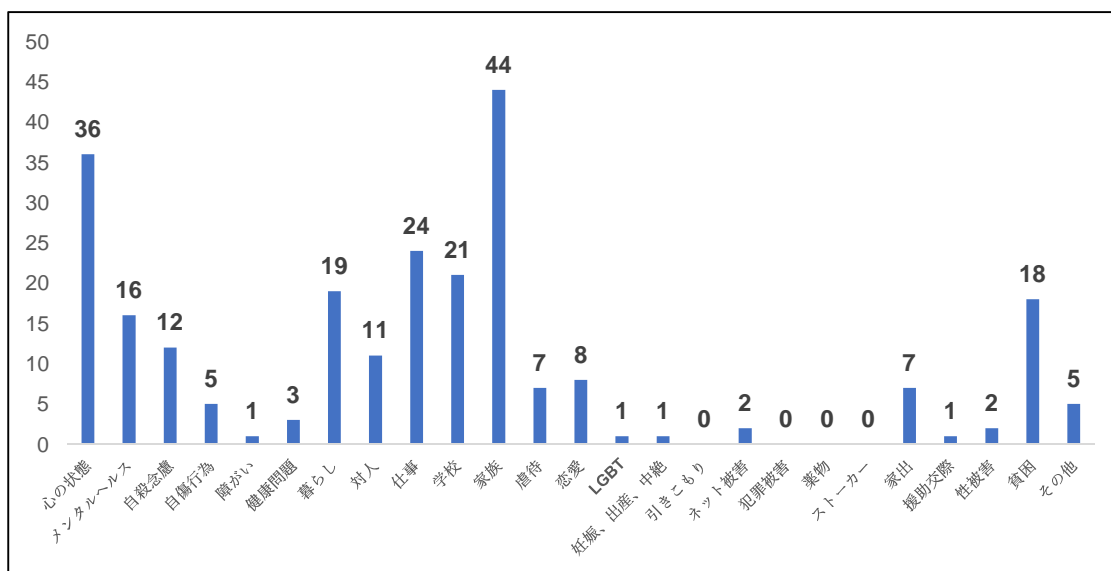
主訴・電話相談（件）

(N=1476)



主訴・面談（件）

(N=244)

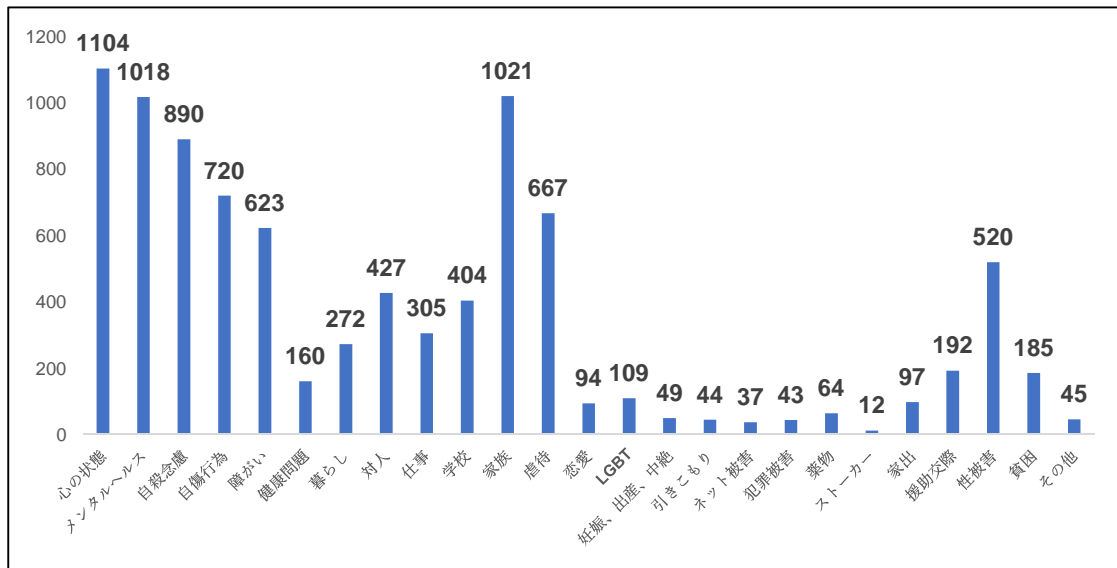


電話相談では「心の状態」が281件と最も多く、次いで「家族」が232件、「メンタルヘルス」が153件と続いた。面談では「家族」が最多で44件、「心の状態」が36件、「仕事」が24件と続いた。

電話相談でも面談でも「心の状態」や「家族」の悩みが訴えられることが多く、大多数の相談者がこれらの事項については悩みや問題を抱えていた。

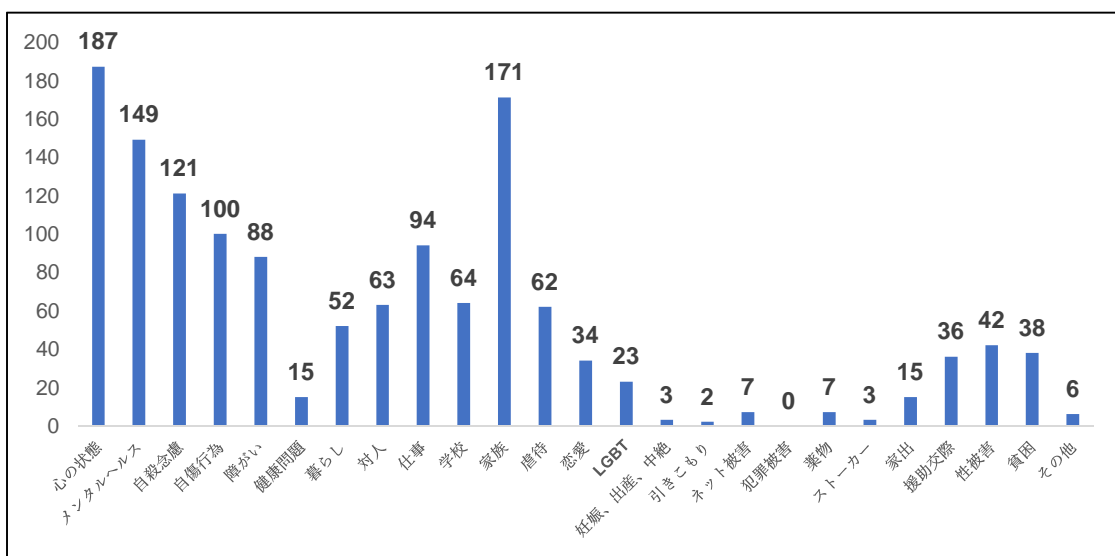
問題の背景・電話相談

(N=1476)



問題の背景・面談

(N=244)



「心の状態」や「メンタルヘルス」、「自殺念慮」の問題を抱える原因、理由としては「家族」の悩み以外にも「虐待」、「障がい」、「性被害」、「暮らし」及び「貧困」など深刻な問題が隠れている場合も多く、それらが複雑に絡み合い、死にたい気持ちに繋がっているケースが多い。また、問題を抱えていても「人を信じられない」「他者との関係を築けない」などの事情から、「対人」関係の悩みに発展したり、「学校」「仕事」「恋愛」でも人間関係や対人トラブルの相談が多数届く。支えとなる存在がなく孤立している場合もあれば、医療機関などの支援に繋がっていても孤独や希死念慮を感じている場合もある。

「暮らし」については「住む場所を失いそう」「ネットカフェで寝泊まりしている」などの相談が含まれる。

(2) 自殺念慮・自傷行為

次に、「自殺念慮」と「自傷行為」について取り上げて検討する。

電話相談(N=1476)/面談(N=244)

	電話相談			面談		
	主訴	複数回答	合計	主訴	複数回答	合計
自殺念慮	90	890	980	12	121	133
自傷行為	61	720	781	5	100	105

主訴、複数回答を合わせると自殺念慮は電話相談では980件(66%)、面談では133件(54%)、自傷行為は電話相談では781件(53%)、面談では105件(43%)であった。

自殺企図、未遂に関する相談では首を絞める、飛び込みを考えて駅のホームに行く、冬期に大量に飲酒してフラフラしたまま外を出歩く、入水を考えて河川敷に行く、意図的に食事を取り続けられないなどがあり、本人の感情が高まっている場合などは気持ちを受け止めながらなだめたケースもあった。

自傷行為はリストカット(切る箇所は腕、脚など様々である)、過量服薬、瀉血、過食嘔吐、自ら傷つくような性行動をするなどがあり、感情の発散や自罰、トラウマによるものなど自傷行為をする意味は相談者によって様々であるが、自殺念慮を持ち合わせているケースが多かった。

現在虐待を受けている、性被害にあった直後である、望まない妊娠をしているかもしれない、暮らす場所を失っているなど、緊急の対応が必要なケースもあるが、過去の被害や経験により苦しみ続け、自殺念慮を抱いている相談者も多い。いわゆる急性期に対応する相談機関は多いが、「過去の出来事」が原因となって自殺念慮を抱えている場合にじっくり話を聞いてくれる場所が少ないとの声も聞こえてきた。緊急度の判断、対応は欠かせないが、回復期や慢性期にある相談者の対応も需要が多いと感じられる。継続的に関わることや、次の約束をすることで生きる支援を行うこともできる。

ある事例では、SNSで繋がった者同士がグループチャットを作り、それぞれが過量服薬の知識提供や実行の報告を行なっている場があり、相談を寄せた少女も参加者となっていた。相談者の話からも、人との繋がりや話せる場所を求め、同じような気持ちで話したい、共感して欲しい、自分を見て欲しいという気持ちも強く感じられた。

事例

bond project@あらかわ相談室で対応した電話相談、面談の事例について支援内容と関係機関との連携について整理した。なお、記載にあたっては、個人が特定されないよう一部改変をしている。

ケース1

20代女性<過去の虐待、精神疾患/救急隊、警察、女性相談センターとの連携>

BOND プロジェクトの面談に訪れ、帰り際に倒れこんでしまう。身体の異常も懸念されたため救急車を呼んだが、精神的な不調が原因であることがわかり、受け入れ可能な病院も見つからなかったため、搬送はされなかった。体調が回復したところで再度面談を行うと、「外出先で倒れてしまうことは何度もあり、毎回救急隊の人を困らせてしまう」とも悩んでいた。また、「自宅に帰りたくない」との訴えがあった。

幼少期の親からの虐待や、精神疾患による入院の経歴もあり、家族から離れて暮らしたい気持ちを抱えていた。しかし、家族との関係は現在も良好ではないものの、虐待があったのは「過去」であるため、緊急度は高くないとの判断から相談者本人の望むような保護や居場所提供といった支援は受けられず、退院直後でもあったため病院を居場所とすることもできなくなっていた。家族から離れられないこと、行き場所のないことが絶望感にもつながり、自殺願望も強くなっていた。

「どうしても帰りたくない、帰れない」とのことで、本人の希望もあり、女性相談センターでの保護を求めた。休日であったため、警察経由で女性相談センターのシェルターに入所。BOND プロジェクトでは警察署への同行、面談の同席までを行なった。

就労も困難な状態であり、地域での支援や居場所、人との繋がりも必要であると感じたケースであった。

ケース2

10代女性<地方からの家出、障がい/警察、女性相談センターとの連携>

「親から虐待を受け、家出を繰り返しているが、警察等に相談しても何度も自宅に戻されてしまうため、東京まで家出してきた」と連絡が入る。知的障害と発達障害があり、他者とのコミュニケーションが難しいとの悩みも抱えていた。

地元・自宅には戻りたくないとの訴え、所持金もなく、「出会い系アプリで金銭援助をしてくれる人、住まわせてくれる人を探すしかない」と話していたため、まずは面談で本人の気持ちも整理しながら丁寧に詳細を聞き取り、女性相談センターに保護を求めることとなった。本ケースも夜間の対応であったため、警察経由で女性相談センターのシェルターに入所した。地元での経験から警察への抵抗を激しく示したが、シェルター入所のために通過する必要がある旨を本人が理解できるよう説明し、警察署への同行、同席を行なった。地域でも支援を受けていたことがわかり、本人の悩みの通り、コミュニケーションや理解が難しいところもあったようだが、公的機関と連携が取れたことで状況の把握、整理もでき、親子関係の調整などより手厚い支援が受けられるようになった。

ケース3

10代女性<小学生の自殺念慮/親、子ども家庭支援センターとの連携>

BOND プロジェクト本部で行なっている LINE 相談に「死にたい」とメッセージが届く。電話でも詳細を聞くと、両親の離婚で精神的に不安定になり、父親からの暴言にも傷ついていた。母親の協力は得られたため、面談に同席してもらい、本人の気持ちや希望を話し合った。

子ども家庭支援センターにも連絡し、本人、母親の相談にも対応してもらえたこととなった。

ケース4

20代女性<居場所を失っていく/各相談機関での見守り>

知的障害、発達障害があり、学生時代から対人関係が築けないことに悩んでいた。精神疾患も発症し、精神科、支援センター、就労移行など様々な支援を受けるが、行く先々で他の利用者らとトラブルになってしまい、安定した居場所を作れないことも悩みになっていった。そうした状況、ストレスが続くことで、気持ちのコントロールができなくなり、利用していた施設職員に暴力をふるい、出入り禁止にもなってしまう。bond Project@あらかわ相談室では穏やかに過ごしており「ここは居場所と感じられる」などの発言もあり。相談者本人にとっての居心地の良さを考慮しつつも、慎重な判断や、区内各機関と連携を取りながらの見守りが必要と思われるケースである。

ケース5

20代女性<支援に繋がったその後/役所への同行、地域支援との連携>

昨年度、心身の不調、失業、障がい、虐待家庭に育ったなどの背景から、生活が破綻してしまい、BOND プロジェクトが役所への相談に同行した。

本年度も定期的に面談に訪れているが、役所に同行して以来、生活が徐々に落ち着いてきているとの報告を受けた。抱えてきた問題が複数あったため対応や解決に時間は要するが、本人の健康状態や生活状況を地域の支援者にも把握、理解され、必要なサポートが受けられるようになった。関わる人が増え、必要に応じて BOND プロジェクトも連携をとっている。

ケース6

10代女性 < 年末年始の居場所提供 >

本年も年末年始の居場所となるよう 12/31 ~ 1/2 に相談室をオープンした。

公的機関や相談機関、店舗などが休業となる年末年始は、普段から居場所に困っている人々にとってはさらに困窮した状況となる。また、家族・親族と同じ空間で過ごす時間が長くなるこの時期特有の息苦しさを感じたり、家族関係の不和から帰省する実家がない場合など、物寂しい年末年始の雰囲気から孤独感が強まり、自殺念慮に繋がることもある。

面談には複数の相談者が訪れたが、中には「孤独に耐えきれないが、行ける場所もなく、会える人もいないため出会いカフェに行こうと思っていた」という少女もいた。短い時間ではあるが「スタッフと会話することで人との交流を感じられる」と、年末年始の期間は連日訪れ、相談室を開けた意味をより感じられるケースであった。

【写真7】年越しそば体験



【写真8】正月面談の様子



年末年始の行事を体験してもらえよう、本年度は年越しそば、書き初め、かるたの用意をした。

考察

若年層の抱える問題の背景や自殺リスクの要因について考察を行った。背景、要因の分類については、【表1】を利用した。

電話相談、面談とも「親子関係の不和」が最も多かった。複数回答であるため「被虐待」を併せている事例も含まれる。特に母と娘の関係において多く見られたが、相談者が虐待を訴えていても母親に対する愛着心も強く、支援としては介入しづらい事例もあった。被虐待状況や大変な様子を訴えていても、母親の気を引きたい気持ちが根底にあり、それゆえに援助交際や自傷行為などのいわゆる問題行動を起こしてしまう、母親の言動に一喜一憂し、家出や自殺も試みるなど、ハイリスクな状態にある相談者も複数いた。BONDプロジェクトでの相談や、他の支援者との話し合いでも親子が離れて暮らすことも検討したが、そうした強い思いから別々に暮らすことを選択できず、支援としては関わり方を変え、見守りを継続しているケースもある。

父親との関係に悩む相談では、DVに見られる力と支配の関係に苦しんでいたり、深刻な場合は性的虐待を受けていたり、そのトラウマにより自殺念慮を抱えているなど、母親との関係とは違う構造が見られた。しかし、家族から離れ難い、特別な感情を抱いているなど、共通する部分もあり、父親から求められることで自分の役割や存在意義を感じられるという声も聞こえた。

特に未成年の場合、法的、金銭的なことも含め様々な点で親の影響を受ける部分が大きいが、大人になっても子どもの頃から抱えてきた親への思いに苦しんでいるケースもある。年齢を重ね、改めて親への気持ちを整理して振り返る相談者もいるが、虐待などにより傷ついていても親に対しては特別な感情があり、その心理は複雑で繊細なものである。しかし、そうした相談者の気持ちを受け止めながらも、本人の現在や今後の生活などを考え、被相談者としては冷静な視点でも意見を述べるように対応する必要がある。

また、親と子の役割が逆転しているような事例もあり、親が身勝手な考えにより子どもの学校生活、対人関係に不必要に介入しかき乱すといった相談や、子どもが健全な形で自立を目指そうとしても親が阻害するという相談もあった。親の感情に振り回され、家を追い出されてしまった高校生のケースでは、学校へのサポートも求めたが、協力的な学校ではなかったため、支援が難航した。親の外面がいい場合も多く、そうしたケースでは周囲の大人が子どもの困難に気付きにくいことも問題である。

【表1】自殺リスク要因の分類

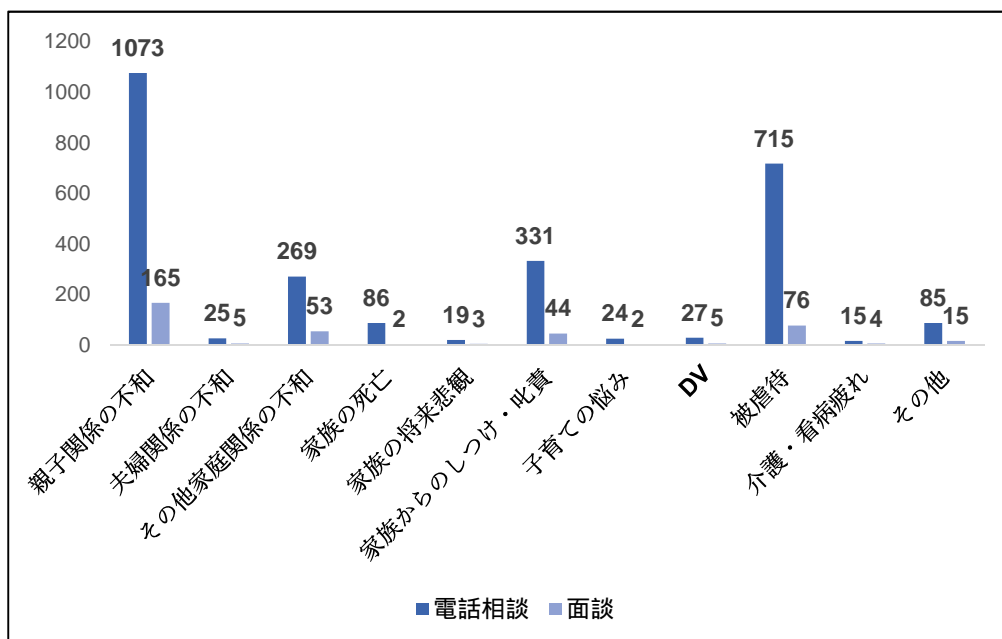
大分類	小分類
【家庭問題】	親子関係の不和、夫婦関係の不和、その他家庭関係の不和、家族の死亡、 家族の将来悲観、家族からのしつけ・叱責 子育ての悩み、DV、被虐待、介護・看病疲れ、その他
【健康問題】	身体の病気への悩み、精神疾患への悩み、身体障害への悩み、治療関係の悩み、その他 自殺未遂歴、アルコール依存、妊娠中絶、性別に関する悩み
【勤務問題】	仕事の失敗、職場の人間関係、職場環境の変化、仕事疲れ、その他
【経済・生活問題】	倒産、事業不振、失業、就職失敗、生活苦、負債（多重債務）、負債（連帯保証責務） 負債（その他）、借金の取り立て苦、自殺による保険金支給、相続に関する悩み、その他
【恋愛問題】	結婚をめぐる悩み、失恋、不倫の悩み、デートDV、その他交際をめぐる悩み、その他
【学校問題】	入試に関する悩み、その他進路に関する悩み、学業不振、教師との人間関係、いじめ、 その他学友との不和、その他
【その他】	犯罪発覚等、犯罪被害、性被害、後追い、孤独感、近隣関係、その他

出典「荒川区自殺未遂調査研究事業報告書『自殺未遂に至った背景要因』」

【表1】の小分類における「★」がついた項目は若年者が抱えやすい問題としてBONDプロジェクトが独自に加えたものである。大分類の「恋愛問題」については元のデータでは「男女問題」と表記されていたが、男女に限らず多様な性があるため、書き換えた。

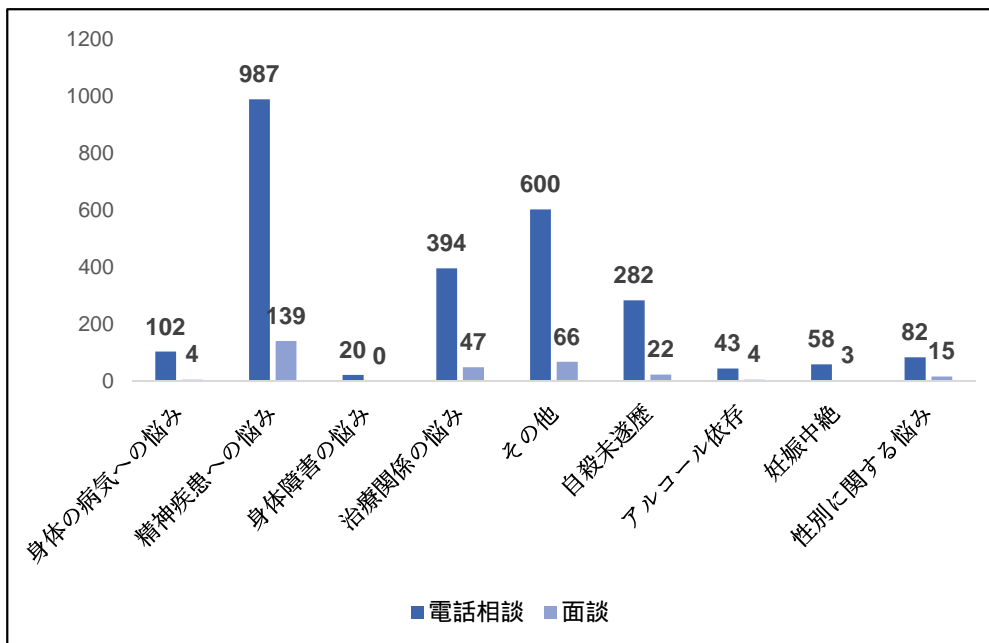
1 家族問題（複数回答/件）

電話相談(N=1476)面談(N=244)



2 健康問題（複数回答/件）

電話相談(N=1476)面談(N=244)

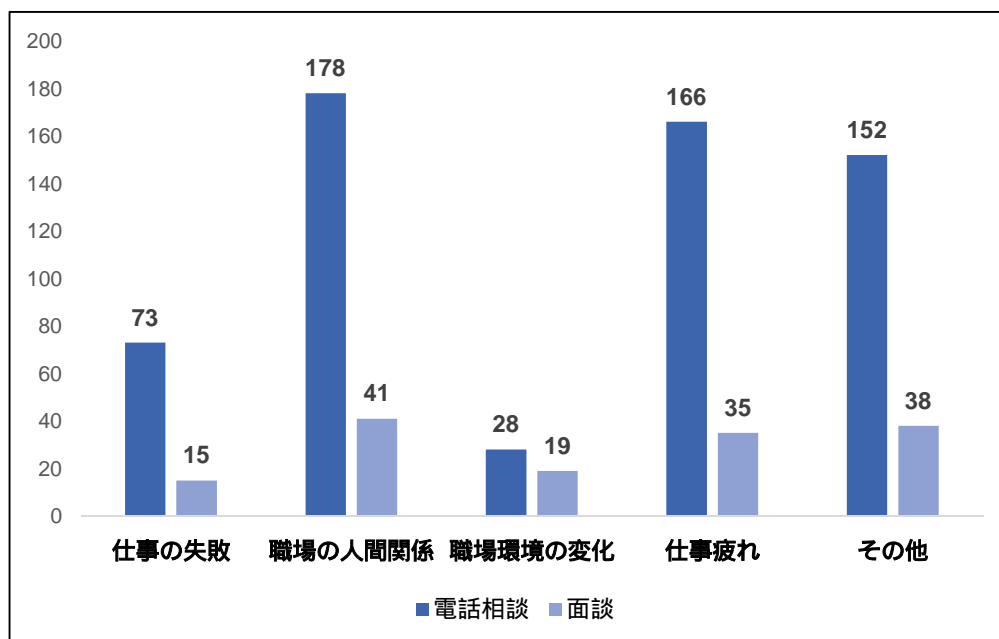


電話相談、面談とも「精神疾患への悩み」が最も多く、「その他」が2番目に多かった。「その他」には自傷行為や発達障害に関する悩みも含まれる。

3番目に多かったのは「治療関係への悩み」であるが、精神科に通院していても状態が良くならない、話を聞いてほしいのに診察時間が短いなどの相談も届いた。精神疾患や自殺念慮を抱え、入退院を繰り返している相談者も多いが、入院しても強い自殺念慮が続いており、入院先からも「死にたい」と電話がかかってきたり、退院後の居場所や相談相手を求めているケースもあった。過量服薬や瀉血などの自傷行為に依存している者も珍しくなく、本人にとっては自殺の意図はなく自傷行為のつもりでも、リスクが高い場合もある。こうした事例では家族関係の不和などから相談者本人が孤立した生活を送っていたり、病院以外に頼れる場所がないなど、本人の精神状態や生活状況を身近で把握している者が少ないことも問題であると考え、見守りや関わりを増やすことができれば自殺リスクの軽減にも繋がると思われる。ある相談者は本人と主治医との間で週に2回の通院を約束しており、生存確認を行っていると話していたが、そこには強い信頼関係が感じられ、自殺念慮は強いが、主治医との約束は破れないという思いが心の中にあるようだった。その一方で、自殺念慮が強く、訪問看護師が定期的に自宅を訪れていたが、話を聞いてくれないので断ってしまったとの相談もあった。本人の求めることと、周囲が必要と考えることに差異が生じる場合もあり、信頼関係を築くことは容易ではないが、強力な支えになると感じられる。また、当法人には10代後半～20代前半の相談者が多く、思春期や多感な時期とも言われる年齢である。精神疾患の症状による不調もあるが、その年齢特有の悩みやトラブルが重なり、複雑化していると思われる場合もあり、医療以外にも様々な関わり、役割を持った者も支えとなることが望ましいと考える。

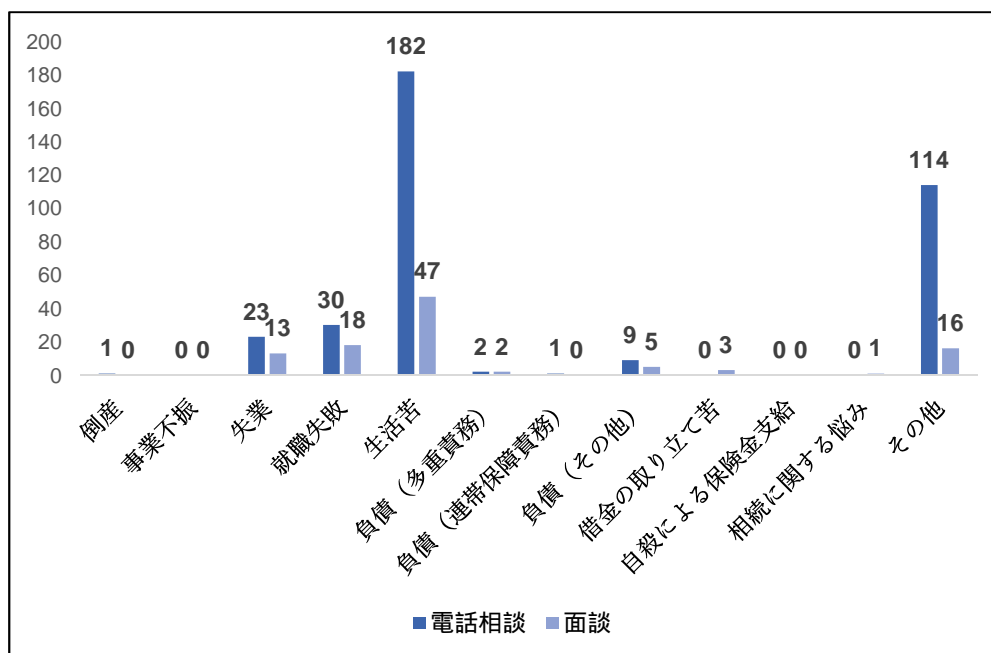
3 勤務問題（複数回答/件）

電話相談(N=1476)面談(N=244)



電話相談、面談とも「職場の人間関係」が最も多く、それにより退職や転職を考えているケースも多かった。「その他」には退職、転職に関する悩みも含まれる。

P9の就学・就業状況でも述べたが、無職の者が電話相談でも面談でも3割程度を占めている。現在は休職・無職の状態にあるが、「早く仕事に復帰したい」「就職したい」と意欲を感じられる相談もあれば、無業状態にある自分自身に悩む相談者もいた。社会の中での役割を感じられず、自信を失っていたり、それらが自殺念慮に繋がっている事例もあった。就労に関する様々な支援も充実してきているが、他者とのコミュニケーションを苦手としていたり、引きこもり状態にある場合など、そこにたどり着くまでも一歩を踏み出せなかったり、労力があるケースもある。支援を受けたくてもいきなり面談で話さなければならなかったり、面談の予約を電話で取らなければならないなど、それらがハードルにもなっているようだが、最近ではメールで問い合わせができる、webで面談予約ができるところもあり、情報提供する場合も適切に伝えられるよう、支援者側も日々情報のアップデートをしていく必要がある。



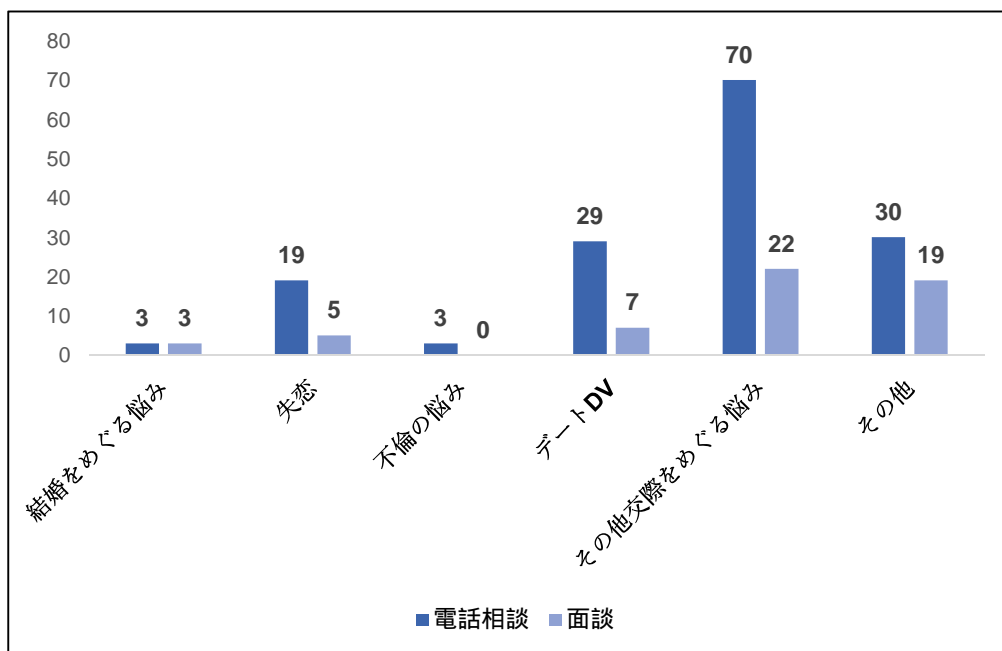
電話相談、面談とも「生活苦」が最も多く、電話相談では「その他」についての相談も多かった。「その他」には暮らす場所がない、失いそうなどの生活拠点に関する相談も含まれている。

「今日から行く場所がない」と当日面談に訪れ、BOND プロジェクト本部に繋ぎ、ボンドの家で宿泊場所を提供した事例もあった。生活支援・住居支援の窓口に同行し、就労支援に繋がったが、荒川区主催の会議でも事例検討し、意見交換を行えたことでよりサポートがしやすくなった。このケースのように具体的な支援を必要としている場合などは特に、様々な役割の支援者同士が情報共有、意見交換をする場があると支援を強化することもできるため、こうした場はとても重要である。

また、若年者が生活困窮に陥る場合には家族に頼れない、家族との関係が良くないなど、家族関係の問題も同時に抱えている場合が多い。暮らす場所についても親から BOND プロジェクトへの相談を勧められたという相談者もいた。家族関係のトラブルや貧困状態により自殺念慮を抱いている場合もあり、緊急度の優先順位をつけて対応する必要があるが、本人が抱えている様々な問題に配慮して対応する必要がある。

5 恋愛問題（複数回答/件）

電話相談(N=1476)面談(N=244)

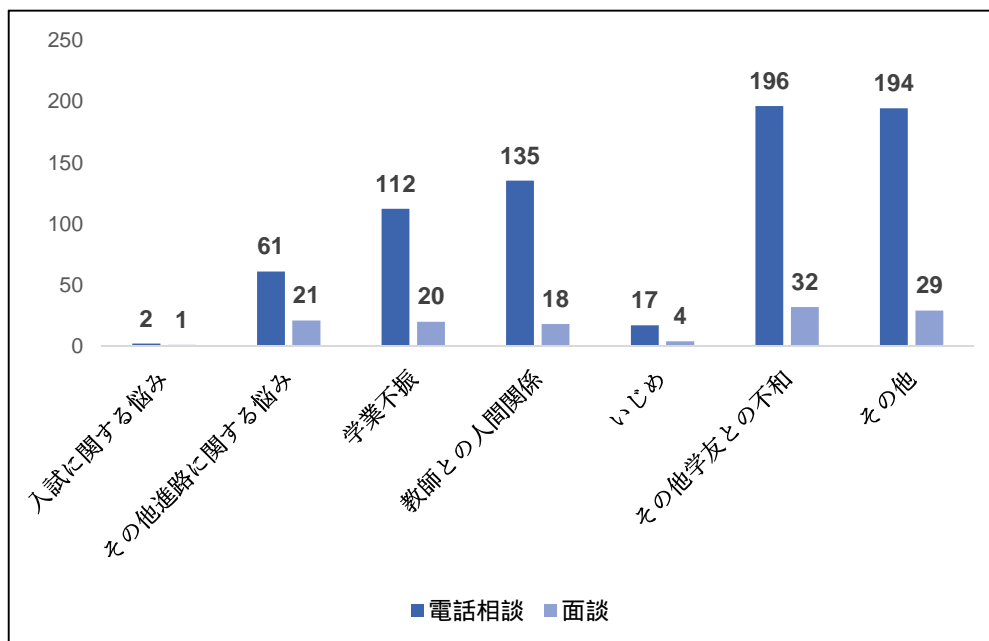


電話相談でも面談でも「その他交際をめぐる悩み」が多く、交際相手との日常的な話や恋愛感情にまつわる悩みも見られた。

「デートDV」では交際相手から閉じ込められている、望まない妊娠したかもしれないなどの深刻な相談も届いた。交際相手から離れて暮らすことが望ましいが、家族関係が良くない、対人関係が築けないなどの理由から孤立し、孤独を抱え、交際相手しか頼れる存在がいない、離れた後の自分の感情や生活ががどうなっているか想像ができなくて不安などの声も聞こえた。別離について本人の意思が固まらないケースも多く、継続的に関わることで、決意ができるタイミングを伺いながら支援に繋ぐことも検討する。しかし、暴力を受けたり、その状況を回避するためには自分が死ぬしかないと思ってしまう場合も珍しくなく、身体や命の危険に及ぶ時もあるため、緊急時に必要となる情報を日頃から聞いておくことや、対応を話し合っておくことも必要となる。

6 学校問題（複数回答/件）

電話相談(N=1476)面談(N=244)



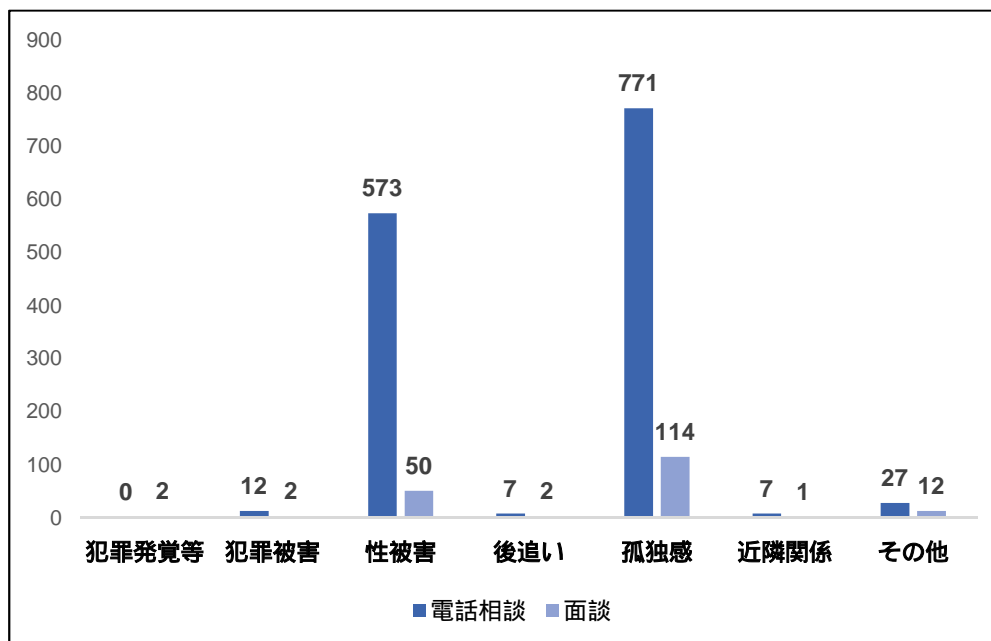
電話相談、面談とも「その他学友との不和」が最も多かった。クラスで友達ができない、教室に行くのが怖いので保健室登校をしているなどの相談があった。「教師との人間関係」にも悩み、学校内で話せる人が誰もいないとの声もあった。

「その他」では不登校、学校を休んでしまう、退学などに関する悩みも多く見られた。

1の家庭問題でも取り上げたが、学校のサポートを求めても協力を得られなかった事例もあり、子どもたちにとって身近な大人である教員と連携を取ることができれば、よりスムーズに支援ができると思われる。また、身近な大人が子どもたちの状況を把握することで、見守りの役割にもなる。対応したケースの中には学校側が虐待を親子喧嘩と捉えており、相談しても深刻さが伝わらず、どれだけ訴えても精神論で諭されてしまうと悩んでいる相談者もいた。学校との連携が難しい場合、児童相談所や子ども家庭支援センターとの連携や意見交換も行えると良いと考える。

7 その他（複数回答/件）

電話相談(N=1476)面談(N=244)



電話相談、面談とも「孤独感」が最も多く、次いで「性被害」が多かった。どちらも自殺念慮に大きく影響する事項である。

寂しさは本人にとって耐え難いほど辛いものであるが、それを周囲に理解されないことも多く、さらなる孤立から自殺念慮が増すことも懸念される。根底には自己肯定感の低さも見られるが、なんとか寂しさを埋めようと SNS などでの繋がりを求めたり、体だけでも自分が必要とされていると思えることで一時的にでも生き延びようと思えると、援助交際をする場合もある。低年齢であるほど大人に利用、搾取されるリスク、傾向もあり、JK ビジネスや風俗店の勤務に勧誘されているケースもあった。そうした中で性被害を受けることもあり、傷つき体験が増えることで自殺念慮に繋がる場合もある。

また、アルバイト先など身近なところで性被害にあったケースもあり、自尊心や日常生活が破壊され、諦めや絶望の気持ちも高くなっていた。虐待家庭に育ち、頼れる家族もおらず元より相談者をサポートする者が少ない状況での被害であると、孤立させてしまうことにも繋がるため、それらを考慮した支援も必要である。緊急時の対応のみならず、その後も続く本人の苦しみや不調にも寄り添うことが求められ、P12の「自殺念慮・自傷行為」でも述べたが、回復期や慢性期にじっくり話ができる場所も需要が出てくる。しかし、性被害によって受けた傷で混乱し、それらが怒りとなって被相談者にぶつけられたり、ひたすら傾聴を求められるような場合もあり、サポートする側のメンタルケアや支援者同士での話し合いも行い、相談者を支えていけるよう、体制を整えることも重要である。

成果と課題

1 成果

・P12~の事例にも挙げたように、本年度も区内各機関と連携し、支援に繋ぐなどの対応を行ってきた。特にケース3では、低年齢者からの相談を受け、早期発見・早期介入ができたと考える。相談の始まりはLINE相談であったが、電話相談での聞き取り、親同席の面談は欠かせないものであった。本事例では子ども家庭支援センターが学校を訪問することにもなり、相談者を見守る大人も増やすことができた。

小学生ではキッズ携帯の利用者も多く、また携帯やスマートフォンを所持していない者もいるため、相談するための手段が限定されてしまう場合も珍しくない。学校に設置されているタブレットを使用して相談機関を探したり、親のスマートフォンを使って相談をするなど、限られた方法の中からSOSを発信しており、小学生に限ったことではないが、相談を受ける側も様々なツールを用意しておくことで間口が広がる。

・緊急対応や具体的な支援に繋ぐだけではなく、リピーターからの相談も多数あった。本音をじっくり話し、共に考え、自分自身と向き合うこともできるよう、スタッフもサポートしてきた。相談者にとって「また来られる場所」、「自分の問題や悩みを受け止め、一緒に考えてくれる人がいる場所」となり、心の居場所相談事業としての役割も担えたと考ええる。

2 課題

冒頭で自殺願望とSNSについて述べたが、社会問題ともなっているSNSを巡るトラブルや事件にも対応すべく、相談体制の整備や居場所の確保を行っていく必要がある。自殺願望だけではなく、家出や宿泊先の募集についてもSNSに書き込み、サポートを求める若者も多い。SNSで出会う大人は危険かもしれないとの認識もある一方、スピーディーかつ自由度の高い彼らは彼女たちにとってはインスタントに頼れる援助者ともなる。

「虐待があり家出してきた」「住む場所を失っている」などの相談はBONDプロジェクト全体としても増加しており、本年度のbond Project@あらかわ相談室でも複数のケースに対応した。公的機関の相談に同行し、繋ぐ場合もあるが、公的支援の対象から漏れてしまうこともあり、団体としても受け入れ先の確保を行わなければならない。相談が増加傾向にある一方、居場所が不足しており、より多くの相談に対応していくためには新たな居場所を整備することは喫緊の課題である。また、若年層が抱えやすい問題やその背景を理解し、相談者に寄り添った対応のできる相談員の育成にも注力していきたい。

その一方で、行政と民間団体が連携することで、それぞれの強みを活かしたり、不足する部分を補い合うなど、役割分担もできるのではないだろうか。本年度もbond Project@あらかわ相談室では、これまで区役所や公的な相談機関を利用しなかった層に働きかけを

行うことを目的とし、区役所をはじめとする各機関と連携を取りながら相談対応をしてきた。荒川区においては本事業を6年間継続してきたことから連携が取りやすい関係が構築されており、情報交換や共有の場も多く、相談者たちにとっても大きなプラスの効果があったと感じられる。当法人としては柔軟で即行できる民間ならではの特性も活かし、困難や問題を抱えている若年層にアプローチもできるよう、引き続き若年支援の最先端を走り続ける心構えで工夫を重ねていきたい。

また、荒川区のようなこうした取り組みが全国的に行われていくことを望むが、必要性、重要性についても発信していきたい。

講評

東京都立精神保健福祉センター所長 / 荒川区精神保健福祉協議会委員

平賀正司氏

NPO 法人 BOND プロジェクトは、2009 年の設立時から「10 代・20 代の生きづらさを抱える女の子のための女性による支援」に取り組み、これまでも繁華街での声掛けや専門機関との連携、緊急時の一時保護などの活動を行ってきた。こうした多くの実践からの経験を活かして、「荒川区における若年世代の自殺予防相談事業」において、自殺念慮などさまざまな問題や生きづらさを抱えた若者たちへの丁寧な支援を行っている。こうした支援の様子が、本報告書の事例報告には記されており、この事例報告を読むことにより、「bond Project@あらかわ」の具体的な取り組みへの理解が深まる。「bond Project@あらかわ」の相談は、10 代後半から 20 代前半が 7~8 割を占めていて、こうした相談者が本部で実施している LINE 相談からつながることも多いことが報告されている。BOND プロジェクト本部の行っている LINE やメールをはじめとした幅広い相談窓口を持つことが、生きづらさを抱えた若者の支援においては重要になると思われる。このことが多くの若者が相談場面に登場したことに関連していると考えられる。また虐待や性被害などの深刻な問題を抱えた若者は、より多くの対人関係上の問題を抱え、人が信じられず、孤立状態に陥っていることが多く、こうした若者に自殺念慮や自傷の危険が高いことも分析されている。彼女や彼らが相談につながるには、上に挙げたような相談窓口を広げ相談が来るのを待つだけでなく、実際に街頭に出て、心配な様子の若者に声をかけるなどの積極的な活動も有効な方法であったと考えられる。相談者の中には、今日帰る場所がない等の緊急介入を要する人もおり、一方で緊急性の高い危機状態は回避したものの長期的な支援や居場所が必要になる人もいるなど、そのニーズは幅広く、緊急対応と息の長い寄り添いの支援の両面を提供できる体制が必要となることが記されている。更に、こうした支援においては、時にやり場のない攻撃性等の強い感情が支援者に向けられることもあり、常に支援者のメンタルヘルスの視点も重要になることについても、本報告書には、しっかりと言及されている。今後、こうした活動が、多くのところで継続的に取り組まれていくためにも、このような視点は非常に重要になると思われる。

我が国の自殺者数は、平成 10 年以降、14 年連続して 3 万人を超える状態が続いていたが、本報告書にもあるように 31 年の速報値では 2 万人を下回り、年間の自殺者数は減少傾向にある。一方で、諸外国との比較や 30 代までの死因の 1 位が自殺であることなどからも、依然として非常事態が続いているといわれ、本報告書でも深刻な現場の状況が記されている。国の新しい自殺総合対策大綱には若者の自殺対策の更なる推進、地域レベルの実

践的な取組の推進が掲げられているが、「荒川区における若年世代の自殺予防相談事業」は、まさに身近な地域において行政と民間団体が連携して行っている若者に対する実践的な活動であり、今後、こうした活動が多くの地域で取り組まれていくことが期待される。最後になるが、増加してきている、より低年齢層の相談に対する支援や連携の取り組みについての今後の報告にも期待したい。

「荒川区における若年世代の自殺予防相談事業報告書」令和元年度版

令和2年4月発行

登録(02)0000号

【発行者】 荒川区福祉部障害者福祉課

〒116-8501 荒川区荒川2-2-3

電話 代表 03(3802)3111 内線 2378

【調査研究委託機関】

NPO 法人 bond project@あらかわ (令和2年3月31日まで)

〒116-0013 荒川区西日暮里2-18-3

日暮里駅前ツインビル6階

電話 03(6458)3773