【事例 H26-06-05】京都府京都市

きょう　ほっと　あした　～くらしとこころの総合相談会～

自殺の危機に直面している人は、健康問題だけではなく、経済問題、労働問題、家庭問題など様々な問題を同時に抱えていることが多いため、弁護士、司法書士、心理士、保健師、僧侶、産業カウンセラー、自死遺族サポートチームの相談員に相談することで、必要な支援へつなげ問題の解決を図ることを目的に、定期的に相談会を実施した。

【実施主体】京都府京都市
【大綱の分類】6 社会的な取組で自殺を防ぐ　5 法的問題解決のための情報提供の充実
【事業予算】 平成 25 年度 6、279 千円
【利　点】
▼ワンフロアの会場内で、様々な問題について、それぞれの専門家に無料で相談することができる。
▼毎月１回開催されており、必要な時に相談しやすい。
【実施に至るまで】
【総合的な相談ができる場を設けた理由】
① 自殺の危機は、複数の様々な問題を同時にかかえることによって生じることが多い。当事者にとってはそれを解決する相談窓口や支援まで行き着くことも困難であることも多く、問題の整理や解決方法も分からないことがある。これらの問題を整理し解決の糸口をつかむための相談会が必要であることが、京都市自殺総合対策連絡会で議論され、開催に至る。
② 相談機関においても複数の問題を抱える方に対し、１相談機関ですべてを解決しうることは困難であり、他機関との連携が必須である。複数の専門家が一堂に会することで他の相談へつなぎやすい。
【計画を立てる上での工夫】
① 様々な相談分野と、それに対応する相談員を備えている。
② 就業就学している人が参加しやすいように平日午後 6 時枠と土曜相談を実施している。
③ 京都市では学生を含む若者が相談しやすいよう、大学内での相談会も実施している。
④ 緊急の相談は事務局員（心理士・保健師）が対応する
⑤ 相談しやすい雰囲気をつくるため、相談場所や待合にお茶、図書等を置く
⑥ 広報のためフェイスブックを利用するとともに、空き情報と当日受付先をアナウンスしている

⑦ 相談会終了後、相談員・事務局員などにてカンファレンスを実施し、今後の運営に役立てる

⑧ 相談員研修を年２回行い、スキルアップを図るとともに相談員間の連携を図る

【具体的な内容】

▼相談は１ブースにつき１回 45 分

・原則として毎月第 4 火曜日午後 2 時～午後 7 時。土曜相談午後 1 時～6 時開設。

・事前予約制であるが当日受付も可能（予約が優先で先着順）

・時間を変えて複数の相談員に相談が可能（同じブースでの連続相談は不可）・「弁護士・司法書士へのくらしの相談」

→借金問題、収入が少なく生活が苦しい、金銭トラブルや法律相談等

・「心理士へのこころの相談」

→不安や緊張が続く、ギャンブルやアルコールへの依存、気分の落ち込み等

・「僧侶へのいのちの相談」：僧侶への相談

→人生相談、何をやってもうまくいかない、誰にも言えないこと等

・「産業カウンセラーへの職場のメンタルヘルス相談」：

→リストラ、パワハラ・セクハラ、働く上での悩み等

・「保健師へのからだとこころの相談」：保健師への相談

→自分や家族のこころや体の健康、育児、性の悩み等

・「自死遺族サポーターへの相談」：自死遺族サポート相談員

→親しい人をなくされた方、遺族の悲しみ・つらさ、こころの寂しさ等

【成　果】

▼相談会は平成 24 年以降毎年行われており、相談者も増加している（資料）

▼各相談員間の顔の見える関係・連携づくりに役立っている。

【特筆すべき点】

▼自殺対総合対策連絡会より提案され開催に至った相談会であるため、多くの職種が連携して開催している。

【補　足】

京都市では、平成 29 年 3 月に「きょう　いのち　ほっとプラン（京都市自殺総合対策推進計画）」を改定している。

【課　題】

▼定例相談会は平日であり、就業就学によって参加できる人が限られるおそれがある。

①就職や職場のパワハラに対する悩みをかかえている若年者が相談する場が少ないため、この相談会の活用を進めていく必要がある。

②弁護士、僧侶、心理士、保健師の相談が毎回ほぼ満枠になるため、相談枠の増加が望ましい。

③繰り返し利用される相談者への対応の検討が必要。（次の相談機関へいかにつなげるか）

④相談会以外に行ける場として居場所や語らいの場の検討が必要。

⑤生活面での困難について、「今すぐ」の対応は難しい。

⑥相談会を継続するために、予算を含め今後の運営方法の検討が必要

【事業種別】対面型相談支援事業

【準備期間・人数】　不明

【予防段階】１次

【自治体規模】147.4 万（2010 年）

【自治体負担率】　0

【事業対象】京都府京都市

【支援対象】市民

【実施主体・問合せ先】　京都市 保健福祉局 こころの健康増進センター
TEL：075-314-0355
URL：http://kyoto-kokoro.org/

【参考資料・文献】

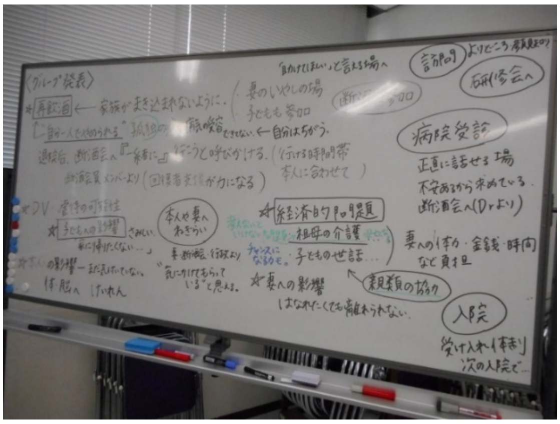
（ア）　「きょう ほっと あした ~くらしとこころの総合相談会~」

（イ）　「きょう ほっと あした ~くらしとこころの総合相談会~」チラシ

（ウ）　【広報資料】「きょう　ほっと　あした　～くらしとこころの総合相談会～」の開催について

（エ）　京都市の「きょう　ほっと　あした　～くらしとこころの総合相談会」ではさまざまな専門家に相談できます

【写真】


〈グループ発表〉
「助けてほしい」と言える場へ
訪問
研修会へ
再飲酒
家族がまき込まれないように。
妻のいやしの場
子どもも参加
自分はちがう。
断酒会へ『一緒に』行こうと呼びかける。
行ける時間帯
本人に合わせて
回復者支援が力になる
病院受診
正直に話せる場
不安あるから求めている。
断酒会へ(Drより)
DV・虐待の可能性
子どもへの影響
さみしい。
本人や妻へ
ねぎらい
経済的問題
祖母の介護
子どもの世話…
チャンスになるカモ。
妻への体力・金銭・時間
など負担
妻への影響
はなれたくても離れられない。
親類の協力
入院
受け入れ体制
次の入院で…