

【事例 H29-18】京都市

くらしとこころの総合相談会

【概要】自殺の多くは多様かつ複合的な原因及び背景を有しており、様々な要因が連鎖する中で起きていることから、京都市自殺総合対策連絡会の参画団体と連携し、弁護士又は司法書士・心理士・保健師・僧侶・産業カウンセラー・自死遺族サポーターがワンフロアで相談に対応する、ワンストップ支援の相談会を実施している。

【大綱の分類】

6. 適切な精神保健医療福祉サービスを受けられるようにする
7. 社会全体の自殺リスクを低下させる
9. 遺された人への支援を充実する
10. 民間団体との連携を強化する

【政策パッケージ分類】

- 重点2-2) 過労自殺を含む過労死等の防止について
- 重点2-5) 経営者に対する相談事業の実施等
- 重点3-1) 相談支援, 人材育成の推進
- 重点4-1) 失業者等に対する相談窓口等の充実

【事業実施年度】2018年度事業（2012年度開始事業）

【事業予算】5,09,420円（2018年度）

【利 点】

- ▼ ワンフロアで、「健康」「経済・生活」「家庭」「勤務」等の複数の専門相談を無料で行うことができる。
- ▼ 毎月1回程度開催しているため、電話相談等の結果、面接相談が必要と判断した場合、つなぎ先の一つとして紹介しやすい。
- ▼ 顔の見える関係を築けている京都市自殺総合対策連絡会の参画団体の協力を得て相談会を実施することで、スムーズに連携できている。

【実施に至るまで】

事業実施の背景

- ① 自殺の危機は、多様な複数の問題を同時に抱えることによって生じることが多い。
- ② 本市の相談窓口は分化されている。
- ③ 本人の抱える多様な複数の問題に対応する相談窓口が複数に渡り、支援に行き着くことが困難であることも多く、問題の整理が難しく、解決方法も分からないことがある。
- ④ ①～③の状況から、本人の問題を整理し、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、事業実施に至った。

事業実施の工夫

- ① 連携体制
京都市自殺総合対策連絡会の参画団体等から、専門相談員を派遣。
- ② 時間帯
就労・就学者が利用しやすいように、平日夜間や土曜日の午後の時間帯にも実施。
- ③ 会場
市内の交通の便のよい会場と、周辺地域の市民が利用しやすい地域の文化会館の2種類を設定。
- ④ 新規相談者を増やすために

- ・チラシ、ポスター、フェイスブック等を活用して周知。
 - ・学生及び新規利用者は、3週間前から申込みを開始。*通常2週間前から申込み開始
- ⑤ 相談員の相談技術の向上
定期的な相談員研修を実施。

具体的な事業内容

▼ 相談会開催頻度

- ・月1回 平日相談 午後2時～午後7時
- ・年3回 土曜相談 午後1時～午後5時

▼ 受付方法

- ・開催日の2週間前から受付を開始する。
- ・学生または新規相談者については、開催日の3週間前から受付を開始する。

▼ 相談方法

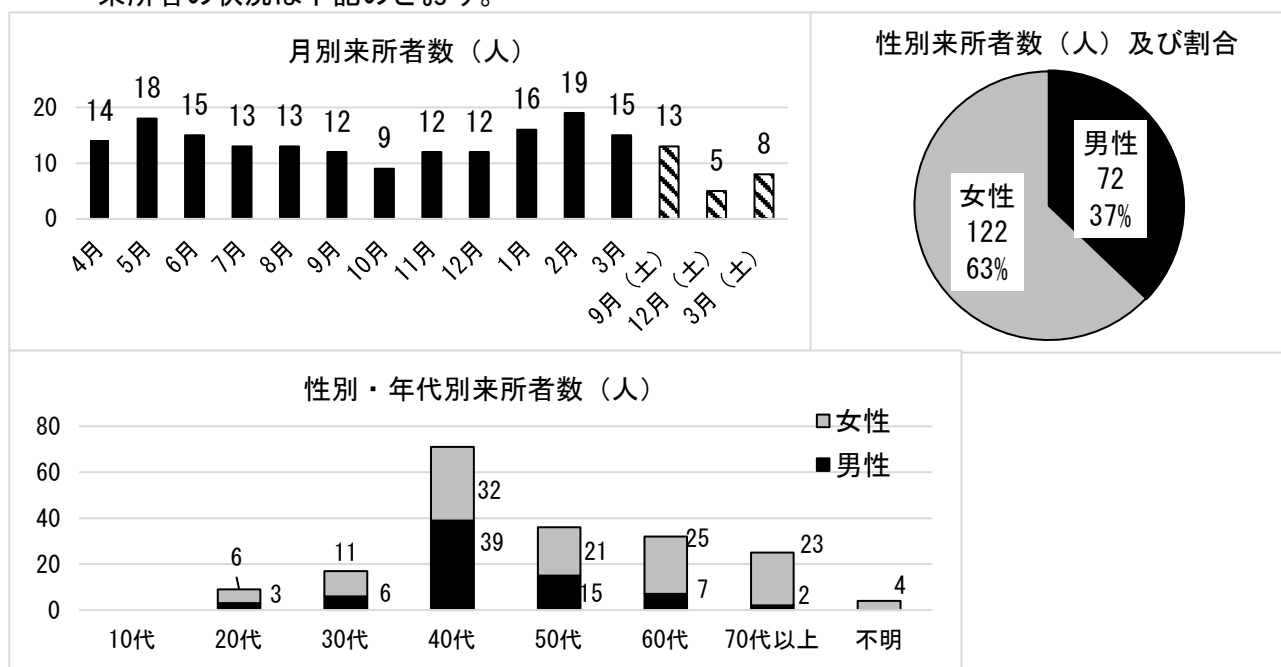
- ・弁護士又は司法書士によるくらしの相談、臨床心理士によるこころの相談、保健師によるからだところの健康相談、僧侶によるいのちの相談、産業カウンセラーによる職場のメンタルヘルス相談、自死遺族サポーターによる遺族に対する相談の6ブースを設置し、相談者の希望する専門相談員が面接相談を行う。
- ・相談時間各45分 相談料無料
- ・相談者にアンケート調査を実施する。

▼ 相談会終了後

- ・当日従事した相談員でカンファレンスを実施する。
- ・必要に応じて、法テラスや保健福祉センター等を紹介し、つなぎを行う。

【成果】

- ▼ 来所者 194名（うち、新規相談者 75名）の相談に対応した（相談延件数 271件）。来所者の状況は下記のとおり。



- ▼ 相談者のアンケートの結果から、プラスの反応*が多く聞かれた。
 - ・「相談したことでもとても安心した。」
 - ・「気持ちや状況の整理ができた。」
 - ・「いいアドバイスがいただけた。」
 - ・「ずっと悩んでいたもので、このような場があり大変ありがたい」
 - ・「少し気が晴れたような気がします。すぐには解決できませんが相談できたことは本当に良かったと思います。」
 - ・「私の考えが甘かった。よく考えます。」

- ・「自分なりに思っていたことを言葉にしてもらえて自分の気持ちに気づくことができました。」
- ・「とても話しやすく具体的な情報もたくさんあり、気持ちに寄りそって頂けて本当に楽になりました。」
- ・「具体的に今後の取り組み方がよくわかった（遺産相続）」
- ・「内科や精神科にもかかったりしても、ゆっくり話を聞いてもらえる所ばかりではなく、困っていた。安心して話ができ、この会には感謝しています。」
- ・「今後どうなるのかわからないことを不安に思わず、希望を持っていろんな可能性を感じながら活動していきたいと思った。」
- ・「1つの事にとらわれてぐずぐず悩んでおりましたが、考え方を少し変えるように意識するヒントを教えてくださいました。」

【補 足】

▼ 2018 年度の相談会のポスター



【課 題】

- ▼ 10 歳代・20 歳代の若者、学生の利用が少ない。
- ▼ リピーターの相談者が一定数おり、予約枠の関係から新規相談者が予約できない場合がある。
- ▼ リピーターに対しては、適切な相談先を紹介するなどしているが、別の相談窓口につながらない、又は当該相談会と両方で相談をし続ける方がいる。
- ▼ ワンストップの相談会の役割として、新規相談者を増やすことが課題。

【事業種別】	相談支援
【準備期間】	90 日
【人数】	2 人
【人口規模】	1,467,058 人 (2019 年 7 月 1 日現在)
【財政規模】	¥1,715,500,000,000 (2018 年度当初予算規模)
【自治体負担率】	50.0%
【事業対象】	京都市民
【支援対象】	京都市民
【委託の有無】	有
【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 Mail: kokoro-center@city.kyoto.lg.jp

【参考資料・文献】

- (ア) [京都市こころの健康増進センターHP](#)
- (イ) [2019 総合相談会チラシ](#)