

練馬区自殺対策計画〔第2次〕（素案）に寄せられた意見と区の考え方について

1 意見の受付状況

(1) 意見募集期間

令和5年12月11日（月）から令和6年1月15日（月）まで

(2) 周知方法

ア ねりま区報（12月11日号）への掲載

イ 区ホームページへの掲載

ウ 区民情報ひろば、区民事務所（練馬を除く）、図書館（南大泉図書館分室を除く）、みどりの風吹くまちビジョンオープンハウス会場、保健予防課、保健相談所での閲覧

エ 区公式X（旧Twitter）・区公式LINEでの発信

オ 区立小中学生用タブレットパソコンの「ブックマーク」で閲覧、児童館での閲覧

カ 関係団体への説明等

以下の関係団体に計画素案について、個別に説明等を行った。

- ・練馬区医師会
- ・練馬区歯科医師会
- ・練馬区薬剤師会
- ・保健相談所開催の家族のつどい

(3) 意見件数

45件（18名・6団体）うち子どもからの意見は16名・18件

2 寄せられた意見の内訳 () 内の数値は子どもからの意見数

項目	件数
計画全般に関すること	8(4)
第1章 計画策定の趣旨等	
第2章 自殺の現状	2(0)
第3章 これまでの練馬区の自殺対策の取組と評価	1(0)
第4章 練馬区の今後の取組	
基本方針	4(0)
基本施策1 地域におけるネットワークの強化	6(0)
基本施策2 自殺対策を支える人材の育成	
基本施策3 区民への啓発と周知	7(2)
基本施策4 生きることの促進要因への支援	6(6)
重点施策1 児童・生徒・学生をはじめとする若年者への支援	8(6)
重点施策2 女性への支援	
重点施策3 働き盛りの男性への支援	
重点施策4 高齢者への支援	1(0)
重点施策5 生活困窮者、無職者・失業者への支援	
重点施策6 自殺未遂者への支援	1(0)
生きる支援の関連施策	
第5章 自殺対策の推進体制	
その他	1(0)
合 計	45(18)

3 寄せられた意見に対する対応状況 () 内の数値は子どもからの意見数

対応区分	件数
◎ 意見の趣旨を踏まえ計画に反映するもの	5(5)
○ 素案に趣旨を掲載しているもの	23(7)
□ 素案に記載はないが、他の施策・事業等で既に実施しているもの	1(0)
△ 事業実施等の際に検討するもの	7(4)
※ 趣旨を反映できないもの	6(1)
— その他、上記以外のもの	3(1)
合 計	45(18)

4 区民からの意見（要旨）と区の考え方

No.	意見の概要	区の考え方	対応 区分
計画全般に関すること			
1	計画に記載がある「支援」について、何をしてくれるのかが漠然としている。	<p>社会が多様化する中で、地域生活の現場で起きる問題は複雑化・複合化しています。「平均4つの要因（問題）が連鎖する中で自殺が起きている」とする調査もあります。</p> <p>区は、「誰も自殺に追い込まれることのない社会の実現」を目指して、区民や地域の団体、関係機関等と連携して、生きるための支援につながる取組を総合的に推進しています。本計画では、国や東京都の動向および区の現況を勘案して取り組むべきものについて体系的に整理しています。</p> <p>引き続き、多様な困難を抱えた方が包括的な支援を受けられるよう、区民・地域の理解促進も含め、関係機関等と緊密に連携・協力し、一人ひとりに寄り添った支援を行っていきます。</p>	○
2	計画における区の支援について、どのように考えているのか。		
3	「支援する」と記載しているが、具体的にどのような対策をしたら自殺者が減ると考えているのか。		
4	「自殺」「自死」という言葉はきつーいと思った。もうちょっといい言葉はないのか。考慮してほしい。	<p>「自殺」等の表現については、他自治体においても議論されています。どのような表現を用いるかは、様々な立場の関係者の心情も踏まえて十分な議論が必要であると考えています。引き続き、国や他自治体等の動向を注視していきます。</p>	※

第2章 自殺の現状			
5	<p>2021年の練馬区の自殺死亡率は全国および東京都を上回っており、新型コロナウイルス感染症の感染拡大は練馬区に限らないことであり、この要因について区としての分析を記載することを求める。</p> <p>練馬区医療施策検討委員会「医療施策の方向性に関する提言資料編」（2018年5月）図表18では、練馬区は対人口10万人対主要死因別死亡数で東京都平均を上回っていること、また、東京都自殺総合対策計画（2018年）では、東京都内区市町村別の自殺者数（2016年）において練馬区は足立区に次いで第2位の自殺者数になっていることが明らかにされている。これまでの経緯として、これらの背景を明らかにし、区の要因分析も付記されることを求める。</p>	<p>自殺の背景には、精神保健上の問題だけではなく、健康問題や生活困窮などの様々な社会的要因があります。自殺者一人ひとりの個別の要因については、プライバシー保護の観点から具体的な情報が公表されておらず、区が分析することは困難です。</p> <p>区では、国や東京都の動向を踏まえるとともに、一般社団法人いのち支える自殺対策推進センターから提供される練馬区の自殺の実態を分析した「地域自殺実態プロフィール」等の資料の活用、練馬区自殺対策推進会議委員からのご意見により、可能な範囲で実態把握に努め、計画に掲げる各取組を推進していきます。</p>	※
6	<p>第1次計画では、2012年から2016年の5年間に於ける練馬区の年代別自殺死亡率で70歳代男性の自殺死亡率が全国平均を上回っていること、同5年間で女性（20代、40代50代、60代）の自殺死亡率が全国平均を上回っていたこと、区の「20歳未満、20歳代の自殺死亡率は国の統計によると全国の上位20～40%に位置している」「20歳未満、20歳代および30歳代における死因の第一位が自殺」であることが明らかにされている。その状況はなぜ生じたのか、それらの悲惨な状況をもたらした要因、「第1次計画の取組により、令和2年には自殺死亡率13.25、自殺者数98人となり、自殺死亡率、自殺者数ともに</p>	<p>自殺の背景には、精神保健上の問題だけではなく、健康問題や生活困窮などの様々な社会的要因があります。自殺者一人ひとりの個別の要因については、プライバシー保護の観点から具体的な情報が公表されておらず、区が分析することは困難です。</p> <p>これまでの区の取組については、本計画の第3章に記載しています。</p>	※

	減少しました」とあるが、教訓とするためにも、具体的な取組みの経緯について記載を求める。		
第3章 これまでの練馬区の自殺対策の取組と評価			
7	区内でもフードバンクに区民が殺到するような悲惨な状況にある練馬区で、自殺死亡率 2022 年 15.17 を 5 年後に目標値 10.7 に、2022 年の自殺死亡者数 110 人を目標値 77 人に達成するにはほど遠いのではないかと憂慮せざるを得ない。より手厚い対策の提示を求める。	生活困窮者等への支援については、本計画の第4章「重点施策5」を中心に記載しています。 なお、目標については、国の「自殺総合対策大綱」(令和4年10月)を踏まえて設定しています。	○
第4章 練馬区の今後の取組			
基本方針			
8	新型コロナウイルス感染症の感染拡大の影響等による孤独孤立化問題の深刻化が懸念されると記述されているが、その後も区民の貧困化が拡大している。区内2か所で毎月、区からのなんらの財政的支援をえられないまま、区民有志、団体からの資金、食料、食材、生活必需品の提供により実施されているフードバンクには1週間野草を食べて過ごしてきたのちに訪れた人など日々の食事代にも事欠く人々が毎回 150 人前後が訪れ、用意された物品が数分でなくなる状況である。生活が極度に困窮しているこれらの人々から1人も自殺者を出さない対策が緊急に必要である。 本計画を5か年間のスパンで目標達成をめざすことで良しとするのではなく、喫緊の課題として区が公的責任で取り組む状況であることの認識を求める。	生活困窮者等への支援については、本計画の第4章「重点施策5」を中心に記載しています。	○

9	<p>孤独・孤立対策推進法が本年4月1日に施行されるが、区として同法が求める孤独・孤立対策地域協議会の立ち上げ等の各種施策も早急に必要である。</p>	<p>孤独・孤立対策地域協議会の設立については、検討していきます。</p>	△
10	<p>「危機に陥った場合には一人で抱え込まずに援助を求めることが大切である」「地域全体の共通認識にしていく」「危機に陥った時に誰かに助けを求めることができる」と記述されているが、援助を区民同士の共助、互助に求めるのではなく、区が必要な公的役割、責務を果たすことを基本にする方策の提起を求める。</p>	<p>本計画には、「地域におけるネットワークの強化」「自殺対策を支える人材の育成」「区民への啓発と周知」および「生きることの促進要因への支援」をはじめとする区が公として取り組む施策を体系的に示しています。これらの施策に取り組むことにより、公としての役割を果たしていきます。</p> <p>その上で、本計画の第4章「基本方針」方針2のとおり、区民・地域の理解を広げることも不可欠です。今後も、区民や地域の団体と関係機関等が力を合わせて「誰も自殺に追い込まれることのない社会の実現」を目指します。</p>	※
11	<p>全体として自殺総合対策大綱(2017.7.25)が「自殺は、失業、倒産、多重債務、長時間労働等の社会的要因を含む様々な要因とその人の性格傾向、家族の状況、死生観などが複雑に関係している」「個人の自由な意思や選択の結果ではなく、『自殺は、その多くが追い込まれた末の死』とすることができる」「失業、倒産、多重債務、長時間労働などの社会的要因は深刻な心の悩みを引き起こしたり、心の健康に変調をもたらしたりして自殺の危険を高める要因となる」「社会的要因が関係している自殺を予防するためには、まず、長時間労働を余儀なくさせている現在の日本</p>	<p>本計画は、国の「自殺総合対策大綱」(令和4年10月)や東京都の「自殺総合対策計画(第2次)」(令和5年3月)等を踏まえて、策定するものです。</p> <p>また、本計画にある各施策の実施にあたっては、国の大綱や都の計画等を踏まえて取り組みます。</p>	△

	人の働き方を見直したり、失敗しても何度でも再チャレンジすることができる社会を創り上げていくなど、社会的要因の背景にある制度・慣行そのものの見直しを進めることが重要である」と述べていることを勘案されることを求める。		
基本施策1 地域におけるネットワークの強化			
12	本当に困っていること、大変だと言えない。何に困っているか、具体的に何を相談したらよいのかもわからない。	<p>自ら相談に出向くことが難しい方等に対しては、家族や周囲の方からの相談に対応するとともに、民生児童委員などの支援者と関係機関の連携の強化を図り、問題が深刻化・複雑化する前に早期に発見して支援につながります。</p> <p>また、ひきこもりや社会参加の難しさなど、何をどこに相談したらよいか分からない不安や悩みごとには、「ボランティア・地域福祉推進センター」の地域福祉コーディネーターがお話をお伺いします。</p> <p>引き続き、相談支援の充実や相談窓口等の周知および相談体制の強化し、悩みを相談しやすい環境を整備します。</p>	○
13	近所に何年もひきこもって親子げんかをしている家がある。支援につながっていない人は、目に見えない層にいる。		
14	SOSの発信の仕方がわからない人が多いと思う。		

15	<p>精神障害のある方は自殺しやすい。保健相談所の「家族のつどい」に来ていれば区の支援についての情報を得ることができるが、そういった場に来ていないと情報を知る機会がない。そういう人はどこかにつながることができずにいる。</p>	<p>「ボランティア・地域福祉推進センター」と保健相談所は相互に連携して、関係機関と協力しながら必要な支援を行っています。</p> <p>「ボランティア・地域福祉推進センター」では、地域福祉コーディネーターが、区民や地域団体から地域で気になる方などの情報を収集し、個別訪問を行い、保健相談所等の関係機関へつなげています。</p> <p>また、保健相談所では「ボランティア・地域福祉推進センター」等の関係機関から情報提供を受け、自ら受診や相談のできない方やそのご家族に対して地域精神保健相談員などが訪問して支援を実施し、医療機関や生活サポートセンター等へつなげています。</p> <p>なお、精神障害者やそのご家族からの日常的な困りごとの相談に関しては、保健相談所や障害者地域生活支援センターでお話を伺い、様々な相談窓口へ適切につないでいます。</p>	○
16	<p>家族には精神障害があると思われるが、本人が受診や相談を拒否している。どうつなげていけばいいのか。何かの手立てがないと難しいのではないか。</p>	<p>保健相談所では、精神障害者やそのご家族の困りごとを伺い、信頼関係を築きながら、適切な支援につないでいます。</p> <p>自ら受診や相談のできない方やそのご家族に対しては、地域精神保健相談員などが訪問して支援を実施し、必要な医療やサービスにつないでいます。</p>	○

17	<p>警察との連携はどのようになっているのか。精神障害のある家族が SNS のことで悩んだ時に警察に相談をした。いざという時は警察に SOS を出していいと啓発活動をしてほしい。警察官の対応で救われる人もいる。</p>	<p>自殺対策の推進にあたっては、警察をはじめとする関係機関や関係団体との連携は極めて重要です。</p> <p>区は、管轄する警察署から情報提供を受けて対応するとともに、警察署は区の「自殺対策推進会議」の構成員となっています。</p> <p>現在、身近な困りごとの相談先の一つとして警察があることを周知しており、当事者やそのご家族の理解が進むよう警察とも連携しながら周知啓発に取り組めます。</p>	○
<p>基本施策3 区民への啓発と周知</p>			
18	<p>以前、うつ症状があるような様子の女性が区立施設の近くのベンチに座っており、様子が気になったが、見ず知らずの人のため声を掛けることができなかった。その10分後に、その女性が団地から飛び降りたことがわかった。あの時声を掛けていればと思ったが、見ず知らずの人だったので声を掛けられなかった。あの時はどうすればよかったのか。</p>	<p>日常生活等の場面において、悩みを抱えている様子がある方への声掛けは勇気のいることです。声掛けが困難であったり、対応に悩んだりする場合は、迷わず警察や保健相談所などの公的機関への連絡をお願いします。</p>	△
19	<p>保健相談所でこころの悩みが相談できることを知らなかった。</p>	<p>区報・区ホームページやSNS等を通じて、相談窓口を案内しています。9月の「自殺予防週間」、3月の「自殺対策強化月間」などの機会を捉えて、相談窓口の周知を強化していきます。</p>	○
20	<p>保健相談所の家庭訪問をしっかりと実施していくにはマンパワーを増やさないといけない。区はどのように考えているのか。</p>	<p>保健相談所の体制は、必要な業務量に基づいて整えています。訪問支援事業については、保健師と地域精神保健相談員が実施しています。</p> <p>引き続き、多様な困難を抱えた人が包括的に支援を受けられるよう、関係機関と連携しながら取組を進めます。</p>	○

21	<p>精神障害のある家族が、「自分の首をしめろ」、「階段から飛び降りろ」と幻聴が聞こえることに悩んでいる。そうしたときにどこに連絡したら良いかわからない。家族が相談できる場所があると良い。</p>	<p>精神障害者やそのご家族に身の危険がある場合は、迷わず警察への連絡をお願いします。</p> <p>日常的な困りごとの相談に関しては、保健相談所や障害者地域生活支援センターでお話を伺い、様々な相談窓口と連携して適切な窓口につながっています。さらに、保健相談所では精神障害のあるご家族同士の交流・情報交換などを行う「家族のつどい」を定期的を開催しています。</p> <p>また、「東京都自殺相談ダイヤル」では、仕事・人間関係・孤独や不安などでつらい気持ちを抱えている方を対象に通年で夜間相談を受け付けているほか、LINE 相談も実施しています。</p>	○
22	<p>自立支援医療（精神通院医療）の申請時に、保健相談所でこころの悩みが相談できることを周知してほしい。また、申請時に相談ができるとよい。</p>	<p>自立支援医療（精神通院医療）の申請窓口である保健相談所では、「こころ・いのち相談窓口一覧」を配布して相談できることを周知しています。相談は随時受け付けていますので、お気軽にご相談ください。</p>	□

重点施策1 児童・生徒・学生をはじめとする若年者への支援			
23	<p>児童・生徒・学生に自殺が多い根本の原因は「過剰教育」「軍隊・スパルタ方式の教育」であり、緩い教育を施すことが必要である。若干の学力低下はあると思うが、必要なら保護者が塾に通わせればよい。学校はあくまでも人間教育の場だという認識に立ち戻り、過剰教育を辞めればいじめや自殺は減る。</p>	<p>令和5年度版自殺対策白書によると、20歳未満の方は自殺の要因の第1位が「学校問題」となっていますが、その内訳に「厳しすぎる教育」などの項目は挙がっていません。</p> <p>区立小中学校では、学習指導要領に基づき、適切に教育活動を実施しています。子どもたちにとって安全安心な学校づくりに努めるとともに、人権教育や道徳教育を推進しています。</p>	※
24	<p>練馬区では、大人の発達障害者への支援をどの程度行っているのか。</p>	<p>保健相談所では、専門医による精神保健相談（令和4年度：81回実施）や保健師による相談等を実施しています。</p>	○
重点施策4 高齢者への支援			
25	<p>自分は高齢者で、今は家族と暮らしているが、一人だとだんだんと孤立する。話し合いができる場が必要。そういう場に行くきっかけをどう作ればよいか。気軽にはいけない気がする。</p>	<p>高齢者の外出の機会として、体操や趣味活動、利用者の交流ができる事業をはつらつセンターや敬老館で実施しています。</p> <p>また、交流・相談・介護予防の拠点となる「街かどケアカフェ」を増設し、身近な地域で交流や相談等ができる通いの場を充実します。</p> <p>社会的に孤立しやすい高齢者の外出・交流のきっかけとなるよう、スマホアプリ「フィット&ゴー」を活用した興味関心に合ったイベントや介護予防事業の情報発信を充実します。</p> <p>区内27か所に設置している地域包括支援センターでも、お近くで参加できる通いの場をご紹介することができますので、お気軽にご相談ください。</p>	○

重点施策6 自殺未遂者への支援			
26	<p>病院と連携した自殺未遂者支援は他自治体でも実施しているか。</p>	<p>病院と連携して取り組む自殺未遂者支援事業については、23区中11区で実施しています。</p> <p>区は、自殺未遂者の再企図を防ぐため、先行自治体の成果や課題も踏まえながら自殺未遂者が適切な支援に繋がるよう取り組みます。</p>	—
その他			
27	<p>警察に相談に行ったことがあるが、警察官は忙しそうにしている。警察官になりたい人が少なくなっている。女性の警察官は少ない、女性の警察官がもう少し増えるといいと思う。</p>	<p>警察は、身近な困りごとの相談先の一つであり、自殺対策の推進において、重要な役割を担っています。頂いたご意見については、区を管轄する警察署へお伝えします。</p>	—

5 区民(子ども)からの意見(要旨)と区の考え方

No.	意見の概要	区の考え方	対応 区分
計画全般に関すること			
1	「死ぬ」のはとても怖いこと。一回の人生を大事にしないといけない。	皆さん一人ひとりの人生はとても大切なものです。 練馬区の学校では、命の大切さや生きることの楽しさを伝えていて、今後も続けていきます。	○
2	いい対策だと思った。	計画について「良い」とご意見をいただきありがとうございます。	○
3	計画についてとても良いと思った。これからも変えなくていいと思う。	計画では、「誰も自殺に追い込まれることのない社会の実現」を目指して、様々なことに取り組みます。 悩んでいる友達がいたら、いつでも気軽に相談できる場所があると教えてあげてください。	○
4	計画素案は難しくてあまり読めなかった。もう少しわかりやすいと思う。	児童・生徒の皆さん向けのリーフレットを作成しますので、ぜひ読んでみてください。 また、計画についての質問がある時は、どんなことでも大丈夫ですので、いつでも気軽にご質問ください。	◎

第4章 練馬区の今後の取組			
基本施策3 区民への啓発と周知			
5	自殺は追い詰められることで起こるから、追い詰められる前に悩み等を消化する試みが必要である。ポスター等のありきたりの方法だと効果が薄い。悩み相談の実績がある人が呼びかけることで少し相談しやすくなると思う。	悩み事や不安を人に伝えることはとても大切です。相談をして良かった人の体験を伝えることで、自分も相談してみようかなと思うきっかけになります。 区立小中学校の児童・生徒の皆さんは、「スクールカウンセラー」「心のふれあい相談員」が区立各小中学校にいて、気軽に悩みを相談できます。「子ども相談アプリ」を使うと、自分の名前を伝えずに色々な悩みごとをカウンセラーに相談できます。 また、悩みの内容ごとに相談窓口がのっているリーフレット「こころ・いのち相談窓口一覧」やSNS等の活用により、悩みを相談できる場所をお知らせします。自分から相談が難しい場合でも、まわりの方からの相談を通して、悩んでいる方を支援します。 いつでも気軽に相談してください。	△
6	私も悩みがあるから、それを改善できればよいと思った。		
基本施策4 生きることの促進要因への支援			
7	強制的に自殺を止めるのではなく、楽しいことがあることを伝えたいと思う。	皆さんのご意見のとおり、生きてると楽しいことがたくさんあります。そのことを伝えていくことは、とても大切です。	○
8	自殺して嬉しい人はいないし悲しむ人が多い。自殺するより楽しいことは世の中たくさんある。	「基本施策4 生きることの促進要因への支援」などの取組を通して、	
9	自殺をする前によく考える（死ぬのと生きるのはどちらが楽か）。	生きることの楽しさを感じることができるよう支援します。	

10	<p>生きることがつらい人を無理に生かす必要はない。</p>	<p>生きてると楽しいこともつらいこともあります。区は、自殺により失われてよい命はないと考えています。</p> <p>この計画には、つらい気持ちや大きな悩みを減らすための様々な取組があります。取組を通してつらい気持ちや大きな悩みが小さくなるように支援をします。また、生きることの楽しさを感じることができるよう「基本施策4 生きることの促進要因への支援」などの取組を行います。</p>	※
11	<p>もう少し気楽に話せる場を作ったほうがいいと思った。</p>	<p>悩み事や不安を人に伝えることはとても大切です。</p>	◎
12	<p>つらい気持ちを抱える人が集まる場を設けて、参加者が「自分だけじゃないんだ」と思える憩いの場を作ってほしい。</p>	<p>18歳までの皆さんが利用できる児童館では、悩みや日常のことなど、いつでも職員がお聞きします。また、中学生以上の皆さん同士で、飲食をしながらおしゃべりができる「中高生カフェ」を、全ての児童館で実施しています。区ホームページから予定が見られますので、ぜひご来館ください。なお、計画にも地域の居場所として「中高校生カフェ」があることが伝わるように記載を修正します。</p> <p>また、悩みの内容ごとに相談窓口がのっているリーフレット「このちのち相談窓口一覧」やSNS等の活用により、悩みが相談できる場所をお知らせします。自分から相談が難しい場合でも、まわりの方からの相談を通して、悩んでいる方を支援します。</p>	

重点施策1 児童・生徒・学生をはじめとする若年者への支援			
13	積極的な対応だけではなく、慎重な対応も大切だと思う。	<p>どのような対応が適切なのかは一人ひとりの状況により異なります。</p> <p>支援にあたっては、一人ひとりの状況に合わせて、本人の気持ちを伺いながら対応していきます。</p>	—
14	<p>子どもの自殺を減らすには、教師等の公務員が子どもの様子を見て、おかしい・変だと思ったら優しく話を聞いて家庭環境などを把握する必要がある。やむを得ない場合は親等と面談して家庭内の問題が学校に關係しているか等を話し合う。専用窓口等を作って学校と練馬区で情報共有すれば自殺を減らせると思う。</p> <p>また、教職員との話し合いの場を年に数回開いた方が、教職員の人もわかるし、自殺や性被害といった自殺につながるものも減らせると考える。</p>	<p>周囲の大人が、皆さんの様子を見守り変化に気づいて対応することは大切です。いじめの防止や安心して相談できる窓口があることも大切です。</p> <p>区立小中学校では、児童・生徒の皆さんを見守るために、皆さんが困っていることがないかどうかしつかりと様子を見たり、アンケートや面談を行っています。</p> <p>気になる児童・生徒の情報は、学校、練馬区および関係機関が共有し、一緒に支援しており、話し合いの場も設けています。</p> <p>いじめの未然防止に向けた取り組みを、区立小中学校では児童会・生徒会が中心になり行っています。いじめの早期発見・早期対応のためのアンケートを行ったりすることで、皆さんが安心して楽しく学べる学校づくりに努めています。</p> <p>また、相談しやすい環境をつくるためSOSの出し方について授業で伝えたり、相談窓口をお知らせしたりしています。</p> <p>区では、昨年7月から「子ども相談アプリ」を始めました。小中学生が自分の名前を伝えずに色々な悩みごとをカウンセラーに相談できます。</p> <p>また、昨年12月に教職員による</p>	◎
15	自殺につながるのはいじめのようなものだと思うので、「いじめを防止しよう！」等と呼びかけをしたり、安心して相談できる連絡窓口等を新たに作ればよいと思う。	<p>また、相談しやすい環境をつくるためSOSの出し方について授業で伝えたり、相談窓口をお知らせしたりしています。</p> <p>区では、昨年7月から「子ども相談アプリ」を始めました。小中学生が自分の名前を伝えずに色々な悩みごとをカウンセラーに相談できます。</p> <p>また、昨年12月に教職員による</p>	

		<p>児童・生徒への性暴力等の早期発見のため、新しい相談窓口をつくりました。心理士が相談を電話などで受け付けています。計画にも子どもが相談できる場所として相談窓口を設置していることを記載します。</p> <p>新しい相談窓口ができれば、その都度、皆さんにお伝えします。</p>	
16	<p>いじめを受けている人ではなく、いじめを助ける人に目を向けて「いじめられたり悩んでいる人がいたら助けてあげよう」ともって呼びかけるとよい。</p>	<p>いじめられたり悩んでいる人がいたら、助けるのは大事なことです。一方で、いじめをみるのがつらい人もいます。</p> <p>学校全体で「いじめは許されない」という雰囲気をつくっていくとともに、いじめを見た際には、誰かに知らせる勇気を持つよう、区は児童・生徒の皆さんに伝えています。</p>	△
17	<p>小学5年生の時、こころのふれあい相談員に相談する機会がひとりひとり設けられていたが、順番が遅かったことや相談員が忙しいこともあり、相談ができなかった。ずっと相談ができなかったのはおかしいと思う。その時は悩みを抱えていなかったが、相談できなかった人が深刻な悩みを抱えていて自分から相談できなければ自殺につながると思う。相談は徹底して行ってほしい。</p>	<p>区立小中学校の児童・生徒の皆さんは、小学3年生・5年生・中学1年生時に「スクールカウンセラー」や「心のふれあい相談員」と面接できるようにしています。面接の日程などは各学校で決めますが、全員が面接できるように改めて呼びかけます。</p> <p>なお、「心のふれあい相談員」や「スクールカウンセラー」に直接相談するほかにも、電話相談や子ども相談アプリでも相談できます。</p> <p>また、ポスターやカードを児童・生徒全員に配るなどして、相談先があることを毎年繰り返しお知らせします。</p>	△

<p>18</p>	<p>悩みやつらい気持ちを学校で相談できるように呼びかけをするとよい。自分から相談することが難しい人もいるかもしれないので、私たちから直接声をかけるようにしたら、自分から相談することが難しい人も相談できるかもしれない。</p>	<p>ご意見のとおり相談するのが難しい人もいます。周りの人たちの声かけで相談につながることは大切です。友達が元気がない時は、「何かあったの？大丈夫？」と声をかけてみてください。</p> <p>区立の小中学校では、悩みや不安を抱えたときに相談したり助けを求めたりするSOSの出し方について、授業等で伝えています。</p> <p>また、区立小中学校の児童・生徒の皆さんは「スクールカウンセラー」「心のふれあい相談員」が区立各小中学校にいて、気軽に悩みを相談できます。「子ども相談アプリ」を使うと、自分の名前を伝えずに色々な悩みごとをカウンセラーに相談できます。</p> <p>また、悩みの内容ごとに相談窓口がのっているリーフレット「ころ・いのち相談窓口一覧」やSNS等の活用により、悩みを相談できる場所をお知らせします。自分から相談が難しい場合でも、まわりの方からの相談を通して、悩んでいる方を支援します。</p>	<p>○</p>
-----------	---	---	----------