

NPO 法人ゲートキーパー支援センター

令和4年度 活動報告書

ご挨拶

いつもゲートキーパー支援センターの活動を応援していただき、ありがとうございます。昨年度は女性の自殺者の増加が問題となりましたが、令和4年度は40代・50代の働き盛りの男性の自殺者が増加しました。どの世代、どの性別ということはないのだと思います。心の負担が大きくなり追いつめられたとき、孤独なとき、どうしようもなく不安なとき、誰かがゲートキーパーとして話を聴くことができるように、これからも活動を続けていきたいと思っています。

当法人は、昨年の12月20日で設立10年を迎えました。ゲートキーパーの普及とサポート活動を中心に行ってきましたが、2022年7月からは、「尼崎市ひきこもり等支援事業」を受託し、孤独・孤立のなかで問題を抱えている方へのアウトリーチや居場所・家族会を行うようになりました。愛称「あまりす」。5人のスタッフが熱い気持ちで取り組んでいます。当初、どう取り組んで良いのかわからず、試行錯誤の毎日でしたが、最近では、ご本人とお会いできることも増えて、社会参加のお手伝いができるようになってきました。この活動も今後、見守って応援をしていただければと存じます。

末筆ではございますが、会員の皆様のご健康とご活躍を、心よりお祈り申し上げます。

令和5年6月4日

NPO 法人ゲートキーパー支援センター

理事長 竹内志津香

自主開催—ゲートキーパー養成講座

■ゲートキーパー入門講座 2時間 30分～3時間 尼崎事務所開催



ゲートキーパーとは？／自殺の現状／自殺の要因／自殺のサインに気づく／声をかけ話を聴く(ロールプレイング含む)／危険度を図り必要な支援につなぐ／自分を大切に

【実施日】

4/10、5/15、6/12、7/10、9/18、10/23、11/13、1/8、3/19、
2/19、3/20
(オンライン) 4/24、6/27、7/24、10/16、1/22、11/20、1/16、3/5

お一人でも来て下さる方がいれば開催を続けています。

■自殺危機初期介入スキルワークショップ 7時間 30分

自殺危機初期介入スキルワークショップ

～支援者・人と食う機会の多い方・身近な大切な人のために～

日 時：令和3年 11月7日(日)
9:30～17:00 (休憩30分(休憩を含む))

会 場：尼崎第一ビル
(兵庫県尼崎市新開町2-4番地)

定 員：12名

受講料：10,000円(カラーテキスト代1,200円を含む)

講 師：NPO法人ゲートキーパー支援センター
自殺危機介入スキル研究会認定講師

このワークショップは、ルーテル学院大学の総合人間学教授の塩田真代先生が中心となって、自殺危機介入スキル研究会が共同開発したワークショップです。自殺危機介入スキル研究会の認定講師が指導をします。長時間のワークショップですが、具体的なスキルが身につくように参加型になっており、専門職の方にも十分な学びを得られる内容となっています。当研究会のルーテル学院大学で開かれているワークショップと同じものを提供しています。

■ワークショップの構成

ワークショップは、7つのセッションからなります。ワークショップの中で、グループ討論、グループ作業、ロールプレイなどを用いた14種類の課題に参加します。また、視覚教材も利用します。非常に充実の濃い、実践的なワークショップです。

第1セッション	導入、自殺に関する事実の確認
第2セッション	自殺に関するさまざまな考え、信念
第3セッション	サインに気づく
第4セッション	危険を察知し、生きる理由を探る
第5セッション	危険性を高める
第6セッション	安全確保、支える仲間へつなげる、フォローアップ
第7セッション	ふりかえり、セルフケア

●ワークショップの時間

ワークショップは、7時間30分(休憩を含む)、午前9時30分から午後5時00分までの予定で行います。1時間30分の休憩(セッションごとに30分)の休憩は含まれます。参加費から参加費で参加する必要がある場合があります。

●ワークショップの参加対象者

社会福祉関係者、医療関係者、教育関係者、心理関係者、地域・行政・企業の中で、多くの方と関わる機会が多い方(勉強中も可)又は、当法人の「ゲートキーパー研修」を受講された方職業や活動の中で、ゲートキーパーの知識が活かせる方(お申し込み・参加等は要しなくても可)

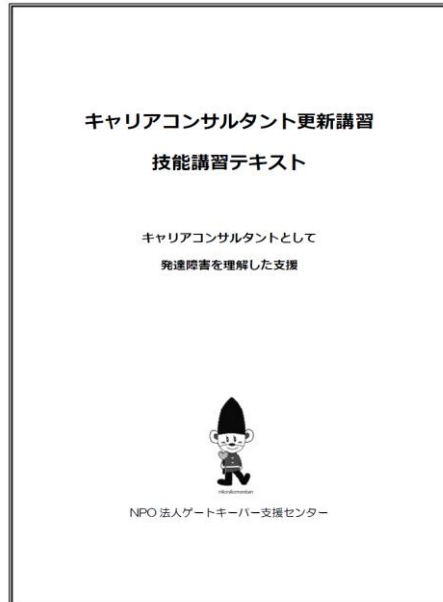
導入／自殺に関するさまざまな考え、信念／サインに気づく／理解を深め、生きる理由を探る／危険性ををはかる／安全確保、支える仲間へつなげる、フォローアップ／ふりかえり

この研修は、7時間半の研修の半分を使って自殺念慮のある方に対する具体的なロールプレイングを行います。コロナのため長時間の研修を開催するかどうか、悩みましたが、一人1枚のパーティション、まめな換気など、あらゆる安全策を講じて行いました。

【実施日】 4/17 11/6

久しぶりに年2回開催できました。

厚生労働省指定 キャリアコンサルタント更新講習（技能講習）



キャリアコンサルタントとして
自死を考えるクライアントへの適切な対応

～ゲートキーパースキル実習(入門編)～

5/22(オンライン)、6/19、
8/28(オンライン)、9/25、
2/12(オンライン)

キャリアコンサルタントとして
発達障害を理解した支援

9/11、2/26

就職支援では、仕事を失うことや、仕事での辛さで追いつめられる方が来られるかもしれません。キャリアコンサルタントの方には是非、受講してほしいです。

自治体や学校等の委託事業

■兵庫県

- 【兵庫県】 ・学校で取り組む自殺予防支援事業（対象：先生、生徒、保護者）
 - 兵庫県立 淡路高等学校
 - 兵庫県立 但馬農業高等学校
 - 兵庫県立 洲本高等学校
 - 兵庫県立 神戸甲北高等学校
 - 兵庫県立 西脇北高等学校
 - 兵庫県立 武庫之荘総合高校
 - 私立 神戸野田高等学校
 - 兵庫県立 川西緑台高等学校
 - 兵庫県立 伊丹西高等学校
 - 兵庫県立 香住高等学校
 - 兵庫県立 西宮甲山高等学校
 - 兵庫県立 夢野台高等学校
 - 姫路市立 琴丘高等学校
 - 滝川中学校・高等学校
 - 兵庫大学付属須磨ノ浦高等学校
- 【兵庫県高等学校保健部(姫路支部)】 ・兵庫県高等学校保健部長・養護教諭
- 【明石市】 ・明石市 自殺予防ゲートキーパー研修会開催業務
 - 明石恵泉(介護職等対象)／あかし障害者ヘルパー協議会(介護職等対象)／
 - あかし明桜会(知的障がい事業所職員研修)／清華苑職員研修(介護職等対象)
 - 明石市地域総合支援センター(オンライン)／明石労働者福祉協議会役員研修
- 【ふれあいプラザあかし西】・明石市(市民対象)
- 【芦屋市】 ・芦屋市役所職員対象
- 【尼崎市】 ・尼崎市 市民向けゲートキーパー研修事業
 - 悩みの聴き方レッスン(対象：府民)2回
 - ゲートキーパー入門講座(対象：府民)1回
 - ・尼崎市教育委員会(対象：教員)
 - ・尼崎市教育委員会(対象：新任教員)
- 【兵庫県立尼崎市西高等学校】 ・(対象：教員、1～3年生)
- 【淡路市】 ・淡路市小中学校教職員人権研修会
- 【伊丹市】 ・伊丹市立松崎中学校、天王寺川中学校、北中学校

- ・伊丹市職員研修
- 【兵庫県立伊丹西高等学校】
- 【兵庫県立阪神昆陽高等学校】
- 【小野市】 ・小野市(介護職対象)オンライン研修
- 【加古川市】 ・こころのサポーター養成講座(フォローアップ研修)(市民対象)
- 【神河町】 ・神河町内(民生・協力委員対象)
- 【香美町】 ・村岡地区(市民対象)
- 【宍粟市】 ・宍粟市(民生委員児童委員協力委員対象)
- 【三田市】 ・三田市役所(職員対象)
- 【洲本市】 ・洲本市役所(管理職対象)
- 【太子町】 ・太子町役場(職員対象)
- 【多可町】 ・まちづくりを担う人材を育成する研究会
- 【西宮市】 ・西宮市 自殺対策人材養成事業
 - 悩みの聴き方レッスン(対象:市民)3回
 - ゲートキーパー入門講座(対象:市民)
 - フォロー講座1回(対象:市民)
 - 自殺危機初期介入スキルワークショップ1回(対象:西宮市職員)
- 【西脇市】 ・西脇市・多可町(ケアマネ対象)
- 【播磨町】 ・播磨町(地域包括支援センター職員対象)／播磨町役場(職員対象)
- 【兵庫県立播磨農業高等学校】 ・播磨農業高校(教員対象)
- 【姫路市】 ・姫路市(市民対象)
- 【福崎町】 ・福崎町役場(職員対象)5回
- 【三木市】 ・三木市(小中学校教員対象)／(民生児童委員対象2回)／(市民対象)
- 【南あわじ市】 ・南あわじ市役所(新入職員対象)／(ケアマネ対象オンライン)

■京都府

- 【京都府】 ・京都府 ゲートキーパー養成研修等業務
 - 話の聴き方講座(オンライン)ゲートキーパー養成研修2回(対象:府民)
 - フォローアップ研修1回(対象:府民)
- 【綾部市】 ・綾部市市民研修／綾部市役所職員対象
- 【宇治市】 ・宇治市市民研修
- 【亀岡市】 ・亀岡市役所(職員対象)／亀岡市役所(専門職対象)
- 【京丹波町】 ・京丹波町女性の会
- 【城陽市】 ・城陽市(民生・児童委員対象)／城陽市役所(職員対象)
- 【精華町】 ・精華町役場(職員対象)
- 【長岡京市】 ・長岡京市(市民対象)
- 【舞鶴市】 ・舞鶴市(民生委員対象)2回
- 【八幡市】 ・八幡市(市民対象)
- 【与謝野町】 ・与謝野町役場(職員研修)

■大阪府

- 【泉大津市】 ・泉大津市(教職員対象)／大阪府立泉大津高等学校(2年生対象)
 - FM いづみおおつ「こころ回復ラジオ」2回
- 【貝塚市】 ・貝塚市市民研修(初級)2回
 - 自殺危機初期介入スキルワークショップ(貝塚市職員研修)
- 【高槻市】 ・養護教諭研修(兼)生徒指導研修(兼)幼稚園認定こども園研修
 - 高槻市役所(支援者対象)
- 【寝屋川市】 ・寝屋川市役所(専門職対象)／寝屋川市(市民対象)
- 【枚方市】 ・枚方市社会福祉協議会(民生・児童委員対象)

■奈良県

- 【大和高田市】 ・食生活改善推進委員対象

■和歌山県

【紀美野町】 ・紀美野町(市民対象)(オンライン)

■滋賀県

【滋賀県高次脳機能障害センター】 ・相談支援員・管理者対象

【草津市】 ・草津市(民生協力委員対象)／(市民対象)
・草津市役所(職員対象)「初級」「ステップアップ」

【東近江市】 ・東近江市役所(職員対象)

【米原市】 ・米原市市民対象「自分のこころの健康について～あなた自身を大切に」

■広島県

【広島高等検察庁】 ・中国地方 5 県検察庁(管理職対象)

■山口県

【光市】 ・自殺危機初期介入スキルワークショップ(光市役所職員対象)

企業や団体からの委託事業

【兵庫県薬剤師会】 ・兵庫県内薬剤師対象

【明石薬剤師会】 ・明石市内薬剤師対象

【佛教大学】 ・社会福祉士の会

【萬年青友の会】 ・「コミュニケーションを円滑にするための心理学講座(全 6 回)」(主任クラス対象)

・「コミュニケーションを円滑にするための心理学講座(全 6 回)」(本部・園長対象)

・三石保育園(和歌山県橋本市)保育士対象 2 回

・職員に対するカウンセリング

【夢工房】 ・姫路保育園／紅葉(くれは)夢保育園(保育士対象)

・夢工房安全衛生委員会(管理職・園長対象)

なんて声を
かけたらいいのかわからなくて
ごめん。

友だちのためにできることは
「気付くこと」「声をかけること」
「見守ること」です。

いのかの大切さを知り、
自分を大切にすること、
周りの人のいのちを守ること。
困った時に対応できる力を養うための
出前講座を受ける学校を募集しています。

実施した高等学校に担当者の声

- 事前の打ち合わせで、内容を本校の生徒に合わせていたため、頭・体・心に響き、かつ抵抗も少ない(受け入れ)ことができた。費用は授業料で準備作業も少ないので、地域の負担もほとんどありません。(坂神経済高等学校)
- 本校で心のサポートシステムの研究開発校の指定を受けており、命を大切にすることを誓う実践・研究(自殺予防)のホームページ掲載を要請しています。相手の話を聞いてあげること大人につなげて相談することの大切さを再確認できました。(坂神経済高等学校)

図書情報・大宮図書館よりセンター

県内の高等学校を対象に出前講座を実施します。
<申込期限：令和3年12月25日(土)>
(利用条件などは画面へ)

※申し込み受付中

※令和3年度学校で取り組む自殺予防支援事業(兵庫県からの委託を受けてNPO法人グートン・バーン支援センターが行います。)



尼崎市ひきこもり等支援事業「あまりす」 2022年7月1日～

■アウトリーチ(訪問支援)の取組み

30歳以上のひきこもりの方がいるご家庭に定期的に訪問、当事者の社会参加を支えていく活動です。当初は当事者にはお会いできず、家族のみの対面でしたが、少しずつ当事者本人との対面ができるようになってきました。必要があれば、精神手帳を取得するための病院への付き添い、事業所やクリニックデイケアの見学、同行なども行いました。

年間訪問件数 33件



あまりすキャラクター リすたん
デザイン:中島あゆみ氏



■居場所

社会参加のはじめの1歩となるような居場所を行っています。マンガや書籍、ゲームボードなどを準備し、机の配置など、好きな過ごし方が出来るように工夫しました。希望される方には、個別相談にも応じています。

年間17回開催



■家族会

当事者の家族が、「ほっとできる」あまりす家族会。当事務所や尼崎市内の生涯学習プラザで実施。家族の参加者も少しずつ増えています。個別相談にも応じています。

年間4回開催

■あまりす 第1回啓発活動

～ひきこもり支える母の物語「どこが終わりかわからない」～

第1部 中島尚美氏のご講演の様子



尼崎市ひきこもり等支援事業
あまりす事業企画 啓発セミナー

ひきこもり 支える母の物語

「どこが終わりかわからない」

第一部：講演 中島尚美氏
第二部：座談会

第一部：14:00～14:30 講演 中島尚美氏（当事者母）
娘の中学生時に不登校、高校入学後も登校しなかった娘の生き方。
親の願いが子どもにとっていいことなのか？自分の不安をぶつけてしまう
自分のメンタルを整えながら娘を支え続けてきた葛藤の日々を語る。

第二部：14:40～15:30 座談会
講演を受けての思い～「ひきこもりのゴールって何？」
参加者 中島あゆみ氏（ひきこもり当事者、講師の娘として参加）
井上綾香氏（ピアサポーター、KHJ兵庫県中央支部ひまわりの家族会）
木之本夏美氏（ユース相談支援事業支援主任相談員、み・らいず）
中島尚美氏（第一部講演者 あゆみ氏の母）

第三部：15:40～16:00 尼崎市ひきこもり等支援事業や相談窓口の説明
※動画視聴希望申し込みあり（講演後 後日希望者に配信）

日時：2023年2月20日（月）
14:00～16:00

場所：尼崎市小田南生涯学習プラザ ホール
尼崎市中洲中通1-6-10

参加無料
先着100名



第2部 座談会



【第一部】

第一部は、中島尚美さんにご講演をいただきました。中島さんは、お気持ちを思い出しながら、ゆっくり、時に力強くお話をしていただきました。ご講演のあと、「心に響きました」「とても良かった」と多くの方から感想をいただきました。

【第二部】

講演を受けての思い「ひきこもりのゴールって何？」をテーマに座談会を行いました。当事者も支援者もお互いの気持ちに耳を傾けながらの優しい対談になりました。

登壇者 中島 尚美氏／中島 あゆみ氏

み・らいず ユース支援相談事業主任相談員 木之本夏美氏

KHJ 兵庫県中央支部ひまわりの家 家族会 ピアサポーター 井上 綾香

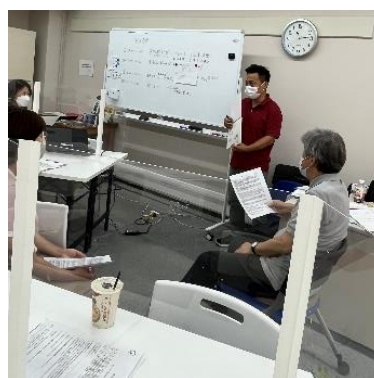
あまりす 宮野 聡

【第三部】 尼崎市ひきこもり等支援事業・相談窓口について

■あまりすスタッフ



2022年7月から事業開始。



事例検討会の様子

全員が、アウトリーチに初めて取り組むため、書籍、他団体のひきこもり支援の講座やセミナーなどで積極的に勉強に取り組みました。事例検討会も定期的に行いました。年度が終わるころには、今まで会えなかった当事者の方にお会いできるなど、思いがけない嬉しいことも増えてきています。

■2022年度イベント概要

月	会 議	アウトリーチ	居場所	家族会	啓発活動・他
7		家族面談 1回	第1回 3名参加		
8	ひきこもり支援ネットワーク会議 支援会議	家族面談 2回	第2回 2名参加 第3回 4名参加	第1回 2名参加	勉強会 和田真雄先生 「ひきこりの理解と解決をする 具体的な方法」 事例検討会①
9	支援会議 モニタリング会議	家族面談 3回	第4回 2名参加 第5回 1名参加		厚生労働省(オンライン研修)
10	支援会議 モニタリング会議	家族面談 1回	第6回 2名参加 第7回 4名参加	第2回 2名参加	事例検討会②
11	・支援会議	家族面談 4回	第8回 2名参加 第9回 2名参加		ライブ研修 個人情報保護研修 みらいず2見学 精神障害の家族会参加
12	支援会議 モニタリング会議	家族面談 2回	第10回 2名参加 第11回 2名参加	第3回 1名参加	事例検討③・FP研修 年末報告会 A型事業所見学
1	支援会議 モニタリング会議	家族面談 3回 本人面談 4回	第12回 1名参加 第13回 2名参加		
2	支援会議 モニタリング会議	家族面談 2回 本人面談 2回	第14回 1名参加 第15回 1名参加	第4回 3名参加	啓発セミナー 家族交流会講演参加 男女共同参画センター主催講座参加
3	支援会議 モニタリング会議	家族面談 6回 本人面談 3回	第16回 4名参加 第17回 3名参加		フリースクールの地域行事の見学