NPO 法人ゲートキーパー支援センター
令和元年度　事業報告書

ご 挨 拶

いつもゲートキーパー支援センターの活動にご支援を賜りありがとうございます。昨年度も多くの方に研修をお届けすることができました。皆様の応援に、心よりお礼申し上げます。

令和元年度は、元号が代わり東京オリンピックを控えるなか、経済も戦後から最長という好景気の中で始まりました。自殺者も速報値では 10 年連続の減少となりなりそうです。しかし、今般のコロナウィルスの感染拡大によって、自殺者の減少が続くという予想は揺らぎ、増加に転じることが危惧されています。自死を選ぶ方にとって、いのちと将来が失われ、その周りの方の心にも長期にわたって影響を及ぼすことを考えると、増加しないでほしいと願うばかりです。

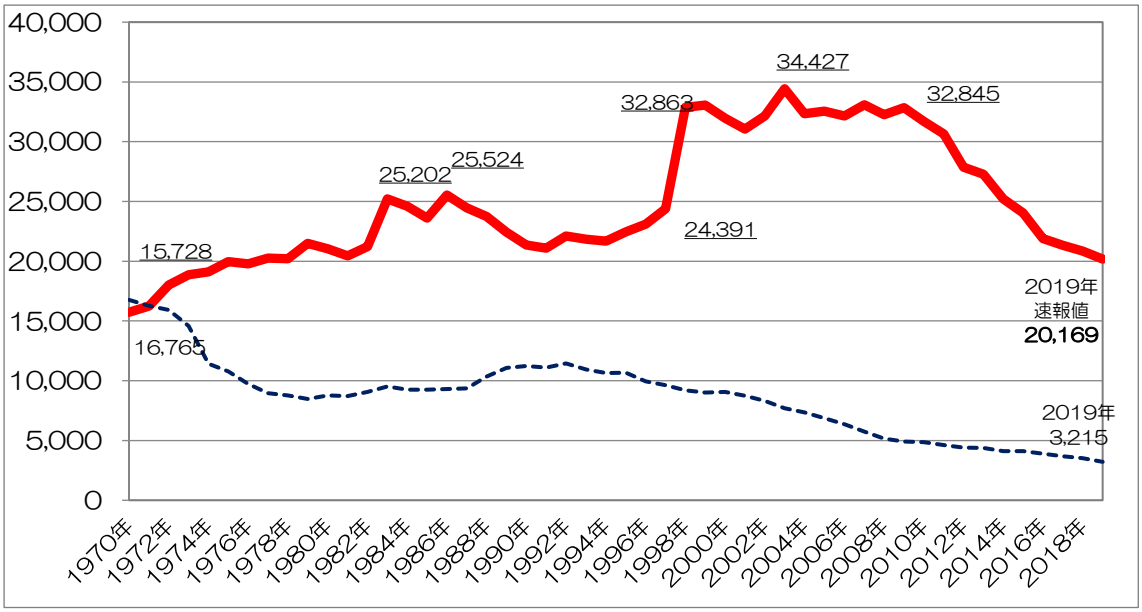
この情勢において、今まで積み重ねてきた経験を活かし、一人でも多くの方がゲートキーパーとなっていただけるように研修を行っていくことは、これまで以上に社会に求められるのではないかと思います。

２月の後半よりほとんどの研修が次々とキャンセルになり、経営も厳しさが増しております。逆境ではありますが、活動を継続するために努力して参りますので、応援をお願いできればと存じます。

最後になりましたが、皆様がこの大変な状況を無事に乗り切れますよう、心よりお祈り申し上げております。

令和２年５月２１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

■日本の自殺者数と交通事故死亡者数の年次推移（1970～2019）



昨年 2019 年の自殺者数は 20,169 人（警察庁自殺統計原票データより）となり 10 年連続の減少。交通事故死者数については 3,215 人。これは警察庁が昭和 23 年（1948 年）に統計を開始して以降、最小。

自殺者数の推移は完全失業率の推移とは、正の相関関係があると言われています。今後、経済が悪化すると思われます。

←昨年度、損保ジャパン日本興亜福祉財団の NPO 基盤強化助成に採択され、今年度よりスタートする「高齢者をひとりにしないネットワーク構築事業」のチラシです。

今はこの写真のようにちょっと外で話すことすらままならない状態です。

こんなホッコリとした日常が大切だということに、気づかされます。

（デザイン：ユナイテッドトゥモロー尾関栄二氏）

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（尼崎事務所）　2 時間 30 分

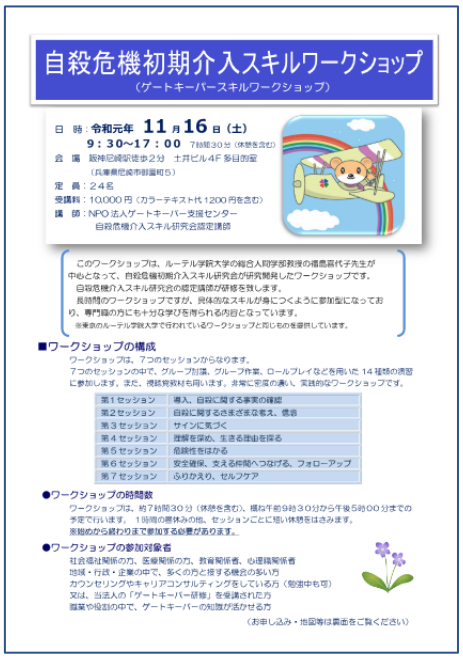
ゲートキーパーとは／自殺の現状／自殺の要因／自殺のサイン／
危機介入のための４ステップ／自分を大切に

一年を通して、尼崎事務所にて開催いたしました。
時には、参加者の方のお気持ちを聴きながら、
「少人数でゆったりと」行いました。
（写真は尼崎事務所窓辺の景色）

【実施日】

6/19（水）、6/22（土）、7/8（月）、7/21（日）、8/21（水）、8/24（土）、9/14（土）、9/20(金)、11/13(水)、11/17(日)、2/16(日)、2/17(月)、3/15(日)

■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
（ゲートキーパースキルワークショップ）

日　時：令和元年　11 月 16 日（土）
9：30～17：00　7時間30分（休憩を含む）
会　場　阪神尼崎駅徒歩2分　土井ビル4F 多目的室
（兵庫県尼崎市昭和通5）
定　員：24名
受講料：10,000 円（カラーテキスト代 1200 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部教授の福島喜代子先生が中心となって、自殺危機初期介入スキル研究会が研究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研修を致します。
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。
※東京のルーテル学院大学で行わ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。
7つのセッションの中で、グループ討議、グループ作業、ロールプレイなど各用いた 14 種類の演習に参加します。また、視聴覚教材も用います。非常に密度の濃い、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	理解を深め、生きる理由を探る
第５セッション	危険性をはかる
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数
ワークショップは、約7時間30分（休憩を含む）、概ね午前9時30分から午後5時00分までの予定で行います。 1時間の昼休みの他、セッションごとに短い休憩をはさみます。
※始めから終わりまで参加する必要があります。

●ワークショップの参加対象者
社会福祉関係の方、医療関係の方、教育関係者、心理職関係者
地域・行政・企業の中で、多くの方と接する機会の多い方
カウンセリングやキャリアコンサルティングをしている方（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
職業や役割の中で、ゲートキーパーの知識が活かせる方

（お申し込み・地図等は裏面をご覧ください）

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

長時間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。今年度も看護師・保健師・精神保健福祉士・教育関係者など専門職の方、また身近な人のためにとそれぞれの思いを持って参加いただきました。毎回、一日を終えるころには、立場を超えた不思議な一体感が！

【実施日】

4/13(土)　11/16(土)

自主開催―セルフケア講座

■自分を大切にするための心理学講座（尼崎事務所）各２時間×６回　２時間

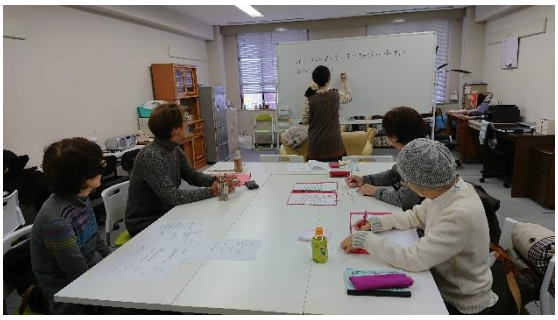
「少人数でゆったりと」受講生の気持ちを聴きながら

「カウンセリング入門」

カウンセリングとは？／
倫理・ロジャーズの三原則／
非言語の重要性／支持・質問／
反射・要約／総合実習

【実施日】

10/26(土)　11/9(土)、1/30(土)、
12/7(土)、12/21(土)、1/11(土)



「自分に気付く」

交流分析／認知行動療法／ストレスケア／マインドフルネス／フロイト・ユング／
アドラー心理学

【実施日】

1/11(土)、1/25(土)、2/8(土)、2/22(土)　**３月はコロナウィルスの影響で中断となりました。**

■コラージュ療法講座　（尼崎事務所）３時間　兵庫県自殺予防等活動支援事業

切ったり、貼ったり、心のままに

【実施日】

10/20(日)　1/26(日)

デザイン：戸倉　泰志　氏

■こころつながる「ふわっとサロン」　（尼崎事務所）３時間

阪神南県民局「ふるさとづくり応援事業」

アロマタッチケアを通して
こころがつながる「ふわっとサロン」を行いました。
部屋いっぱいに広がるアロマの香りのなかで、
ハンドケアをしてもらうと、こころも身体も超リラックス
セルフケアハンドブックも作成しました。

【実施日】

11/10(日)　1/19(日)

■心が笑うセルフケア講座　（土井ビル・あましんアルカイックホール）３時間

下口雄山先生をお招きして
呼吸法、自律訓練法の研修を行いました。
　「５回大笑いして、３回寝て下さい」
楽しい研修に参加者も大満足。

【実施日】

7/20(土)　12/8((日)

京都府委託事業

■話の聴き方講座

9	10	火	福知山市ハビネス 福知山会議室1
10	9	水	野田川ワークパル
11	8	金	八幡市分庁舎
11	19	火	赤れんが２号館ホール 舞鶴市
11	27	水	大山崎町 公民館本館２階講座室
1	24	金	亀岡市役所
1	31	金	城陽市立福祉センター
2	7	金	南山城村文化会館

いのち 支える

話の聴き方講座

京都府では、悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聴いて、
必要な支援につなげ、見守る人、「ゲートキーパー」の養成を行っています。
話をよく聴き、一緒に支えてくれるゲートキーパーがいることは、
悩んでいる人の孤立を防ぎ、安心感を与えます。
ゲートキーパーの基礎を学んで、大切な人の気持ちに寄り添ってみましょう。

開催日	申込み期間	会場		共催
2019年 9月10日(火)	8月3日(金)から 9月5日(金)まで	ハビネス福知山 会議室１（３階）	福知山市字内宮（内宮庁舎）100	福知山市
10月9日(水)	9月3日(月)から 10月4日(金)まで	野田川ワークパル 第２会議室（２階）	与謝郡与謝野町字石山161	与謝野町
11月8日(金)	10月8日(火)から 11月5日(火)まで	八幡市役所分庁舎 会議室Ａ及びＢ（２階）	八幡市八幡園地1-1	八幡市
11月19日(火)	10月10日(金)から 11月15日(金)まで	赤レンガパーク２号館（舞鶴市総合会館）ホール（１階）	舞鶴市北吸1039-2	舞鶴市
11月27日(水)	10月25日(金)から 11月22日(金)まで	大山崎町立中央公民館 本館講座室（２階）	大山崎町字円明寺小字宮田28	大山崎町
2020年 1月24日(金)	12月24日(火)から 1月21日(火)まで	亀岡市役所 市民ホール（１階）	亀岡市荒塚町4丁目3番地	亀岡市
1月31日(水)	1月6日(月)から 1月28日(火)まで	城陽市立福祉センター ホール（１階）	城陽市中芝西ノ口17	城陽市
2月7日(金)	1月7日(火)から 2月4日(火)まで	南山城村文化会館 やまなみホール	相楽郡南山城村 大字北河原小字八伝5	笠置町 和束町 南山城村

※各会場ごとに、その間に設定されている申込み期間内であれば、どの会場でも参加できます。
（民間団体から依頼があれば出前講座も実施できます。）

いずれの講座も

【時　　間】 13：30～16：00
【定　　員】 50名
【対 象 者】 京都府民（府内に通勤・通学している方を含む）
【講 師 料】 無　料
【講　　師】 NPO法人ゲートキーパー支援センター認定講師
（各回とも同じ内容です。）
【申し込み方法】 電話に回答のみ受け
【申し込み期間】 上記に回答のみ受け（各申込みの期間に設けます。定員に達し次第締め切ります。）
【問 合 せ】 075-414-4628（京都府健康福祉部地域福祉推進課）

←

11/19

舞鶴市赤れんが館

素敵な会場にたくさんの方が来て下さいました。

→

2/7

京都府南山城村

北～南まで京都府のすみずみまで研修を行いました。関わっていただいた講師の皆様本当にお疲れさまでした。

■ゲートキーパーのためのステップアップ研修

2	23	日	メルパルク京都

僧侶の傍ら、京都いのちの電話の相談員研修を行っておられる銅子龍賢氏に「傾聴ということ」という研修をしていただきました。

傾聴の実習だけでなく、後半は箱庭グッズを使い、参加者全員で物語を作るという不思議な体験をさせていただきました。

■ゲートキーパー交流会

コロナウィルスの感染防止のため、中止。

京都府内で自殺予防をしておられる団体と「話の聴き方講座」に参加された方をお繋ぎする交流会です。

（参加団体）

- 京都いのちの電話
- こころのカフェきょうと（自死遺族の会）
- 京都自死・自殺相談センターSotto
- チャイルドライン京都

ボランティアが不足している団体に、少しでもお役に立ちたかったので、本当に残念。

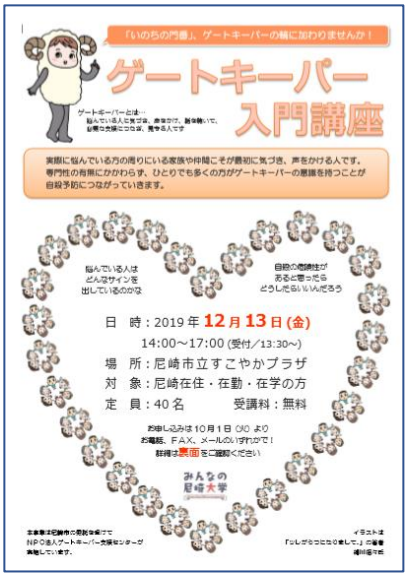
西宮市委託事業

9	2	月	西宮市職員会館	悩みの聴き方レッスン
9	9	月	北口保健福祉センター	悩みの聴き方レッスン
9	25	水	西宮市職員会館	悩みの聴き方レッスン
10	3	木	西宮市職員会館	ゲートキーパー
12	6	金	西宮市職員会館	ケアマネ対象講座
2	22	土	西宮市医療会館	西宮市委託事業 薬剤師会　研修

西宮市では、市民対象に７年間、ずっと続けています。
参加者の方の活き活きとした関りがいつも印象に残ります。

尼崎市委託事業

11	20	水	すこやかプラザ	悩みの聴き方レッスン
11	27	水	すこやかプラザ	悩みの聴き方レッスン
12	13	金	すこやかプラザ	ゲートキーパー入門講座



ー昨年度は単発でしたが
昨年度から委託事業として依頼を受けました。
他にも尼崎市内の教員対象研修も行い、
拠点のある尼崎市での活動も広がってきました。

（デザイン：永井　麻子　氏）

自治体や団体からの委託研修

4	13	土	西宮市薬剤師会	学校薬剤師研修
4	22	月	南あわじ市	南あわじ市役所　職員研修
6	4	火	西宮市立西宮高等学校	命の授業
6	5	水	西宮市教育委員会	保護者、市民対象　こどもの SOS をキャッチする
6	9	日	徳島県いのちの希望	相談員対象研修
6	24	月	姫路市役所	姫路市役所　職員研修
6	25	火	精華町役場	精華町役場　職員研修
6	28	金	多可町	多可町　職員研修
7	3	水	赤穂市役所	赤穂市役所　職員研修
7	10	水	京丹波町	自殺対策推進委員対象研修
7	22	月	尼崎市中王子	教育者に対する研修
8	3	土	みんなの尼崎大学	サマーセミナー
8	7	水	宝塚市教育委員会	保護者、市民対象　こどもの SOS をキャッチする
8	20	火	宍粟市	民生・児童委員研修
8	26	月	河南町	河南町役場　職員研修
8	28	水	姫路市	姫路市　保健師等　支援者向け
8	28	水	太子町	高齢者大学
8	28	水	宍粟市	民生・児童委員
8	30	金	三木市	民生委員研修
9	3	火	西宮市保健所	職員対象自殺危機初期介入スキルワークショッ
9	6	水	城陽市役所	城陽市　職員研修
9	11	水	南あわじ市	健康大学の高齢者対象研修
9	1	金	加西市	民生委員協議会
9	27	金	京丹波町	一般市民対象
9	30	月	京丹波町	一般市民対象
10	11	金	綾部市役所	綾部市役所　職員研修
10	23	水	京丹波町役場	京丹波町役場　職員研修
10	24	木	兵庫県教育委員会	兵庫県学校保健大会　学校医・養護教諭対象
11	12	火	栗東市役所	栗東市役所　職員研修
1	1	金	木津川市	木津川市役所　職員・市民研修
11	24	日	米原保健センター	市民対象　子どもの SOS キャッチする
1	4	水	播磨農業高校	教職員研修
1	1	水	京丹波町	京丹波町区長会理事会
1	1	月	河南町	河南町職員研修
1	1	木	宍粟市	老人大学

1	2	月	栃木県宇都宮市	民生委員対象研修
1	24	月	栃木県宇都宮市	市民対象
1	22	水	尼崎市	立花地区ケアマネージャー
1	24	金	福崎町	ケアマネ対象講座
1	27	月	太子町	太子町役場　職員研修
1	28	火	長岡京市	長岡京市役所　職員対象研修
1	29	水	加東市	一般市民(高齢者多い)
2	3	月	八幡市役所	ゲートキーパー研修
2	5	水	綾部市	自殺防止対策連絡会
2	6	木	太子町	太子町　職員対象
2	8	土	姫路市福祉センター	民生委員・保護司・一般市民
2	9	日	佛教大学	社会福祉士の会
2	1	金	芦屋市役所	芦屋市役所　職員研修
2	18	火	京丹波町	虐待と自殺予防
2	29	土	京丹波町	富田地区　自治会
3	1	日	長岡京市役所	一般市民対象
3	4	水	城陽市立福祉センター	民生委員
3	5	木	京丹波町	自治会
3	6	金	京丹波町	自治会
3	7	土	名古屋市	JR 東海イベント「こころの健康フェスタなごや」
3	10	火	河南町	河南町役場　職員研修
3	11	水	三田市役所	三田市役所　職員研修(午前・午後)
3	17	火	亀岡市役所	亀岡市役所　職員研修
3	18	水	舞鶴市	舞鶴市役所　職員研修(午前・午後)
3	25	水	向日市	入門講座

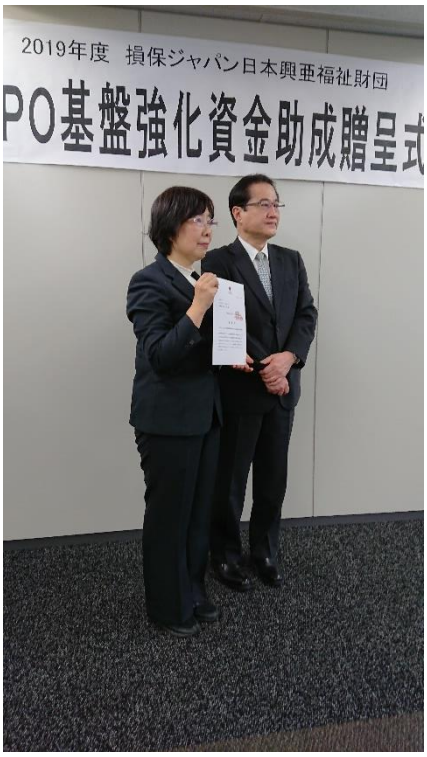
※グレー色は、コロナウィルスによる中止

宇都宮市にて
２年連続のご依頼でした。
遠方にご縁ができること
は嬉しい事です。

損保ジャパン日本興亜福祉財団

NPO 基盤強化資金助成　受賞

「高齢者を一人にしないネットワーク構築事業」



（デザイン：ユナイテッドトゥモロー尾関栄二氏）

理事の廣瀬氏と贈呈式に行って来ました。（廣瀬氏撮影）

NPO 法人、企業、行政の枠を超えてつながり、ご高齢の方が一人でも孤独を感じないような地域の構築のためのネットワークを構築します。
この企画が損保ジャパン日本興亜福祉財団の目にとまり、助成が採択されました。
2020 年 4 月第一回の連携会議を行い、いよいよ始まります。