

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にご支援を賜りありがとうございます。

令和4年度もパンデミック禍の一年となりました。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。コロナ禍では、生活や心の負担になることが増えた方も多いのだと思います。そんなとき、優しい言葉をかけ、見守ってくれている人がいるだけで、少し楽になれるように思います。

当法人は、昨年12月20日で設立10年を迎えました。この間、多くの方にゲートキーパーの役割を多くの人にお伝えする活動一筋にやっけてまいりましたが、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・家族会を行っています。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。

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



いのちを支える

ゲートキーパー入門講座

※イラスト/イラストになりまして」の著者、細川昭々氏

NPO法人ゲートキーパー支援センター

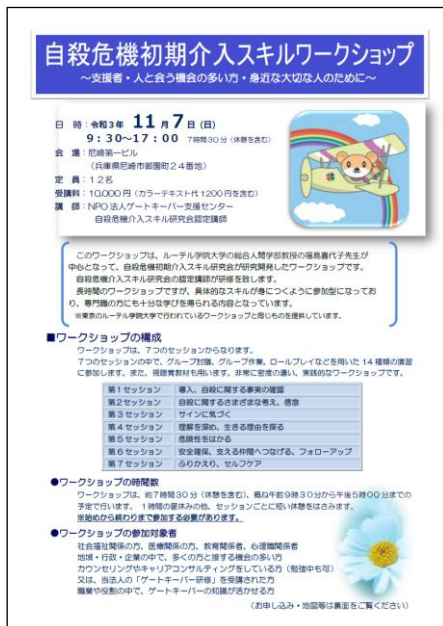
ゲートキーパーとは？／自殺の現状／自殺の要因／自殺のサインに気づく／声をかけ話を聴く(ロールプレイング含む)／危険度を図り必要な支援につなぐ／自分を大切に

【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・人と会う機会が多い方・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 (休憩を含む)

会 場：尼崎第一ビル
(兵庫県尼崎市駅前通2-4番地)

定 員：12名

受講料：10,000円(カラテキスト代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麗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が認定講師が指導いたします。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、グループ討論、グループ発表、ロールプレイなどを用いた14種類の演習に参加します。また、視覚教材も活用します。非常に充実した、実践的なワークショップです。

第1セッション	導入、自殺に関する事業の経緯
第2セッション	自殺に関するさまざまな考え、感情
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	危険性を減らす
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、総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時間の休憩の他、セッションごと短い休憩をはさみます。参加者の体調や天候等で調整させていただきます。

●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、心理関係者
地域・行政・企業の中で、多くの方と接する機会が多い方
カウンセラーやキャリアカウンセラーなど活躍している方(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・会場等は裏面にございます)

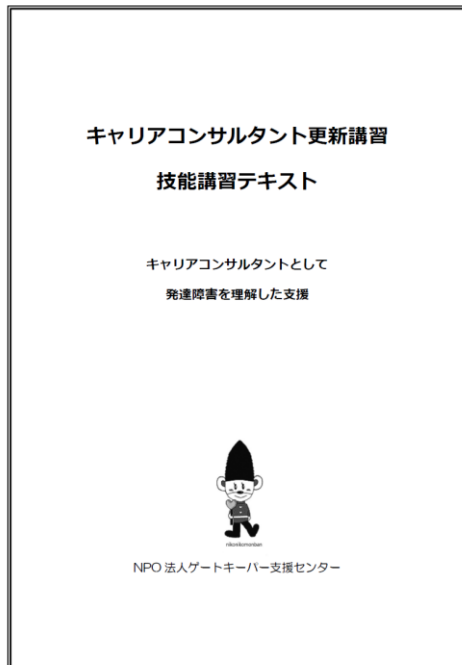
導入／自殺に関するさまざまな考え、信念／サインに気づく／理解を深め、生きる理由を探る／危険性をはかる／安全確保、支える仲間へつなげる、フォローアップ／ふりかえり

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 開催

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

仕事を失うことや、仕事での辛さで追いつめられる方の相談業務のために、是非、受講してほしいです。

尼崎市委託事業「悩みの聴き方レッスン」「ゲートキーパー入門講座」

尼崎市内在住・在勤・在学の皆様へ 令和3年度市民向け講座

少しずつまわりの人や自分がラクになってくよ！

悩みの聴き方レッスン

悩んでいる人は話を聞いてもらうだけで少し気持ちが軽くなります。
悩みをたくさん話してもらうにはいつもの会話とは少し違った関わり方が必要です。
このレッスンで、聴き方を勉強したら大切な人の気持ちに寄り添ってみましょう。

(市民向け)

11/30 「悩みの聴き方レッスン」


12/7 ”


12/14 「ゲートキーパー入門講座」

去年はオンラインでの市民研修でしたが、今年度は会場で行いました。参加される方がコロナで不安ではないかなと心配しましたが、集まった市民の皆さんが積極的に発言し、ロールプレイをして下さったので、講師の方が励まされました。

京都府委託事業「話の聴き方講座（オンライン）ゲートキーパー養成研修」

「いのちの門番」、ゲートキーパーの輪に加わりませんか！

 いのち支える **話の聴き方講座**
(ゲートキーパー養成研修)



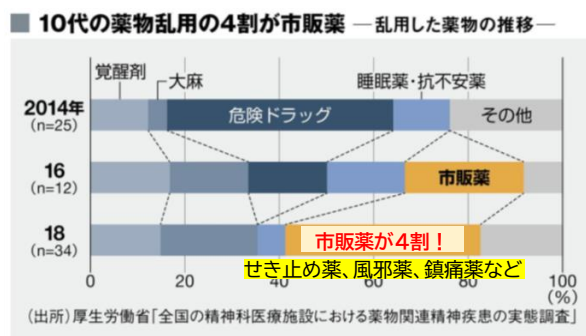
本事業は京都府の委託を受けてNPO法人ゲートキーパー支援センターが実施します。

1

2/6、2/21、2/25

2年続けてzoomでの研修。少し慣れてきて、参加者との心の交流もできたように思います。オンラインなんて・・・と思った時期もありましたが、何らかの理由で、来場出来ない方や広範囲の方に届けることができ、良いことも多いなと思います。

西宮市委託事業「ゲートキーパー入門講座」労働基準監督署／薬剤師会



12/10 12/13
西宮市労働基準監督署
職員対象研修

2/10
西宮市薬剤師会
薬剤師対象(オンライン)

少し前まで、危険ドラッグなどが薬物乱用で危惧されていましたが、今、10代の薬物乱用の4割が市販薬ということで、複数店舗を回ると簡単に手に入ってしまいます。その薬は、テレビCMでもよく聞く薬ばかりです。薬剤師さんたちからも心配の声が上がりました。

兵庫県委託事業「学校で取り組む自殺予防支援事業」



- A. セルフケア講座
「自分を大切にすること」
- B. ゲートキーパー講座
「周りの人のいのちを守ること」
- C. 先生のためのゲートキーパー講座
- D. 保護者のための講座「子供に贈るメッセージ」

自傷行為のある生徒さんへの対応に悩んでいるという先生方の声をお聞きすることもありました。

- 実施した高等学校 順不同（複数回開催校あり）
- 兵庫県立 東灘高等学校 / 兵庫県立 生野高等学校
 - 兵庫県立 錦城高等学校 / 神戸市立 摩耶兵庫高等学校
 - 兵庫県立 農業高等学校 / 兵庫県立 千種高等学校
 - 兵庫県立 伊丹北高等学校 / 兵庫県立 西宮香風高等学校
 - 私立 蒼開中学校高等学校 / 兵庫県立 阪神昆陽高等学校

その他、自治体や団体からのご依頼による研修

月	日	曜日	依頼先	研修内容
4	21	水	株式会社クローバー	長浜市一般市民対象ゲートキーパー研修 (オンラインハイブリッド)
6	18	金	NTT 西日本ルセント	職員対象研修(オンライン)1回目
6	18	金	NTT 西日本ルセント	職員対象研修(オンライン)2回目
6	29	火	姫路市研修厚生センター	姫路市役所 職員研修
7	9	金	NTT 西日本ルセント	職員対象研修(オンライン)3回目
7	12	月	西脇市くらし安心部健康課	ケアマネ・窓口相談業務従事者対象
7	13	火	伊丹市健康政策課	伊丹市立天王寺川中学校 生徒に対する研修
7	13	火	三木市青山公民館	三木市市民研修

7	14	水	伊丹市健康政策課	伊丹市立西中学校 生徒に対する研修
7	15	木	福崎町保健センター	福崎町老人大学 一般教養講座
7	16	金	伊丹市健康政策課	伊丹市立松崎中学校 生徒に対する研修
7	22	木	株式会社クローバー	クローバー職員に対するステップアップ研修
7	30	金	尼崎市疾病対策課	尼崎市内 教職員研修(オンライン)
8	6	金	百合学園	幼稚園・小学校・中学校・高等学校の 教職員対象研修
8	17	火	姫路市保健所	地域包括支援センター支援者研修
9	10	金	貝塚市障害福祉課	貝塚市役所職員・民生・市民(中級)
9	15	水	西宮保健所健康増進課	職員向け 自殺危機初期介入スキルワークショップ
9	17	金	加古川健康福祉事務所	支援者対象研修
10	6	水	城陽市福祉課	城陽市役所 職員研修
10	7	木	尼崎市疾病対策課	尼崎市薬剤師会 (オンライン)
10	14	木	宍粟市 保健福祉課	宍粟市 民生委員研修
9	7	火	香美町健康課	水産加工の女性対象 ゲートキーパー・セルフケア
10	22	金	播磨町 福祉会館チーム	播磨町役場 職員研修
10	25	月	三田市地域福祉課	三田市 民生委員児童委員研修
11	9	火	三木市障害福祉課	民生児童委員 市議会議員 市民
11	12	金	ふれあいプラザあかし西	アクティブシニア養成講座
11	15	月	赤穂保健センター	赤穂市役所職員研修(係長級)
11	18	木	兵庫県立尼崎西高等学校	生徒対象 ゲートキーパー研修
11	19	金	播磨農業高等学校	教員対象 ゲートキーパー研修
11	21	日	京丹波町健康推進課	京丹波町 女性の会
11	25	木	大阪教育大学付属 池田高等学校	セルフケア講座 対象 3年生
11	26	金	木津川市社会福祉課	木津川市役所 職員研修
11	28	日	米原市健康づくり課	米原市地域共生フォーラム 分科会

11	29	月	長岡京市社会福祉課	専門職、ケースワーカー対象研修
12	2	木	播磨町 福祉会館チーム	播磨町 傾聴ボランティア対象
12	3	金	兵庫県教育委員会 ここサボ事業	西宮香風高等学校 教員対象
12	6	日	伊丹西高等学校	教員対象研修
12	8	水	多可町健康課	多可町 民生委員児童委員研修
12	8	水	宍粟市 保健福祉課	宍粟市 民生委員児童委員研修
12	10	金	尼崎市疾病対策課	尼崎市消費生活センター職員研修
12	14	火	精華町福祉課	精華町役場 職員研修
12	15	水	南あわじ市健康課	南あわじ市 職員研修
12	17	金	綾部市障害支援課	綾部市役所 職員対象ゲートキーパー研修
1	5	水	上智大学社会福祉学科	上智大学 社会福祉学科学生対象
1	12	水	三田市 いきいき高齢者支援課	さんだ生涯学習カレッジ
1	13	木	草津市健康増進課	草津市役所職員対象 初級
1	14	金	草津市健康増進課	草津市役所職員対象 中級 上級
1	17	月	芦屋市 こども・健康部健康課	芦屋市役所 職員研修
1	18	火	伊丹市健康政策課	伊丹市役所職員研修(オンライン)
1	23	日	佛教大学社会福祉士の会	佛教大学社会福祉士の会(オンライン)
1	28	金	尼崎市疾病対策課	尼崎市役所 支援職研修
1	30	日	西脇市くらし安心部健康課	西脇市民対象「こころを知る講座」1回目
1	31	月	長岡京市社会福祉課	長岡京市民対象ゲートキーパー研修
2	3	木	太子町さわやか健康課	太子町役場 職員研修
2	4	金	大和高田市保健センター	大和高田市民生委員研修(オンライン)
2	5	土	宇治市地域福祉課	オンデマンド (1か月間 YouTube にて市民に公開)
2	7 ~8	月 火	宇都宮市保健予防課	民生委員・地域包括支援センター(オンライン)
2	17	木	明石保健所相談支援課	明石市薬剤師会研修

2	18	金	向日市地域福祉課	向日市 民生委員研修
2	24	木	舞鶴市 生活支援相談センター	舞鶴市 民生委員対象
3	8	火	三田市地域福祉課	三田市役所 職員研修
3	10	木	泉大津市福祉政策課	泉大津市 市民研修
3	12	土	宝塚 NPO センター	生活困窮者のためのセルフケア研修
3	15	火	八幡市健康推進課	八幡市 市民研修
3	18	金	淡路市健康増進課	保健師対象 上級
3	20	日	西脇市くらし安心部健康課	西脇市民対象「こころを知る講座」2回目
3	23	水	香美町健康課	香美町 専門職に対する研修
3	24	木	亀岡市役所	セーフコミュニティかめおか自殺対策委員会 ゲートキーパー研修

「悩みの相談室」 ～オンラインから対面へ～

やさしさにありがとう兵庫プロジェクトで、コープともしび財団より助成を受けて続けてきました、オンラインカウンセリングを、自主事業として対面で再スタートすることになりました。令和4年度の本格実施に向けて、実施準備に入っています。

FM いずみおおつ 「こころ回復ラジオ」 (全10回)



令和3年7月～令和4年3月

理事長の竹内がFMいずみおおつから「こころ回復ラジオ」を放送しました。心が楽になるような考え方や、ゲートキーパーについて、心の回復体操などを放送しました。

生放送ですし、最初は1時間も何を話せばいいのかと頭が真っ白になりましたが、パーソナリティの井澤さんのリードのおかげでいつもあっという間に時間がたちました。リクエストや温かい

メッセージもいただき、泉大津市の皆様に心から感謝です。これがご縁で、初めて今年度、泉大津市でゲートキーパー研修を行いました。