

## NPO 法人ゲートキーパー支援センター

### 令和6年度 活動報告書

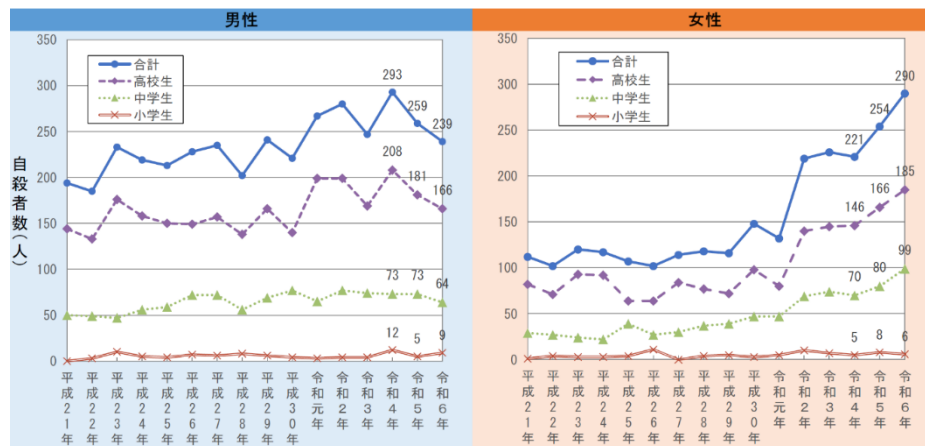
#### ご挨拶

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6年の自殺者数は 20,320 人で、統計開始以来、2 番目の低い水準となりました。しかし、小中高生は前年より 16 人多い 529 人で、統計のある 1980 年以降、過去最多となりました。（下記グラフ参照）特に女子は右肩上がりです。自分の手で人生を絶たなければならなかった若い方の気持ちや、ご家族や周囲の方のお気持ちを考えると痛ましく、自殺者の減少も吹き飛んでしまいます。

今年度は、その影響もあると思いますが、現時点で中学校・高校・大学・専門学校からのご依頼が増えています。教育現場にお伺いしますと、先生方も様々な問題を抱えている生徒、不登校や自傷行為など、日々対応に苦慮されているというお話をお聞きます。当法人の活動が少しでもお役に立てるように頑張りたいと思います。

■小・中・高生の自殺者の年次推移（性別） 令和6年中における自殺の状況（厚生労働省）



末筆になりましたが、法人を温かく見守り、応援して下さいいる正会員の皆様に、心より感謝申し上げます。今年度もよろしくお願い致します。

令和7年6月8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】(尼崎事務所開催)

4/28、5/26、6/16、8/18、10/27、1/26、3/9  
(オンライン) 5/18、6/10、8/10、2/8

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・人と食う糧食の多い方・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 7時間30分(休憩を含む)

会 場：尼崎第一ビル  
(兵庫県尼崎市東園町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部の後援で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します。

長期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違いものを提供していません。

#### ■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、グループ作業、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、視覚教材も用います。非常に面白い、実践的なワークショップです。

| セッション   | 内容                      |
|---------|-------------------------|
| 第1セッション | 導入、自殺に関する基礎知識           |
| 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 | 振り返り、総括                 |

#### ●ワークショップの時間配分

ワークショップは、前7時間30分(休憩を含む)、後30分(午後1時から午後2時00分)までの予定で行います。1時間の遅れが、セッションごとに延び(休憩は含まれません)。

※開始から終了まで参加する必要はありません。

#### ●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、当主の「ゲートキーパー研修」を受講された方

職業や年齢の中で、ゲートキーパーの知識が深まる方

(お申し込み・地図等は裏面に書いてください)

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。支援者、自死遺族、ご自身の経験など、様々な思いを抱えて来られます。終わるころには、講師、参加者の間に心の交流が生まれます。

【実施日】 5/12 11/10 開催

本年度は2回開催しました。

## 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更新講習 技能講習テキスト

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



NPO 法人ゲートキーパー支援センター

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)～

6/30(オンライン)、  
12/8(オンライン)、  
3/16

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

10/20

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。

## 自治体や団体からの委託事業

### ■兵庫県 令和 6 年度学校で取り組む自殺予防支援事業

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  
「気付けること」「声をかけること」  
「見守ること」です。

いのちの大切さを知り、  
自分を大切にすること。  
周りの人のいのちを守ることを。  
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。

#### 実施した高等学校ご担当者の方へ

- ゲートキーパー講座「周りの人のいのちを守ること」(生徒向け)を利用して、  
打ち合わせや、こども「事」について、本校の現状より情報、全上での講演でした。アンケートを渡しても、何らかの影響を受けた  
生徒が来校するようになりました。お礼状もいただきました。(兵庫県立西脇高等学校)
- 先生のためのゲートキーパー講座「学校関係者向け」を利用して、  
会議でのやり取りや実習でも活用ができました。今後、校内活動、部活動での活動、また、園芸等でも、多様な生徒の相談に対応する  
ために、役立てています。(兵庫県立西脇高等学校)

兵庫県内の高等学校を対象に出前講座を実施します。  
＜申込期間：令和6年4月30日(火)～5月31日(金)＞  
利用を希望する学校は、必ず上記期間内に申し込みください。  
(利用条件などは裏面へ)

「令和6年度学校で取り組む自殺予防支援事業」は兵庫県の委託を受けてNPO法人ゲートキーパー支援センターが行います。

生徒対象

セルフケア講座「自分を大切にすること」  
ゲートキーパー講座「周りの人のいのちを守ること」  
先生のためのゲートキーパー講座

—— 令和 6 年度に開催した高等学校 ——

県立上郡高等学校／滝川中学・高等学校／愛徳学園中・  
高等学校／大岡学園高等専修学校／神戸市立神港橋高  
等学校／県立生野高等学校／県立播磨農業高等学校／  
市川高等学校／日ノ本学園高等学校／みかしほ学園／県  
立明石高等学校／県立香寺高等学校／園田学園女子大・  
短大／豊岡大岡学園高等専修学校／県立三田祥雲館高  
等学校／県立大姫路工学キャンパス／阪神昆陽高等学校  
／県立農業高等学校定時制／県立多可高等学校／県立  
川西緑台高等学校／県立芦屋高等学校

生徒・先生への研修を行いました。学校では自傷行為なども増えており、対応に困っている先生方の  
声をよくお聞きしました。未来ある生徒さんたちに少しでもお役に立てるようにと心をこめました。

## ■兵庫県 働く人のためのゲートキーパー講座



### 【会場】

神戸市 国際会館(9/13) 普段は来れない企業にお勤めの方が多く参加して下さいました。  
姫路市 アクリエ姫路(11/29)

働く人を対象とした研修を行いました。

2会場とも、たくさんの方が参加され、グループワークやロールプレイなども、熱心に取り組まれました。



コロナ禍以降、動画を作るようになりました。

参加企業には、動画URLも提供。

約 2200 人の方が視聴していただきました。

## ■西宮市 働く人のためのゲートキーパー講座

西宮市 市民 「悩みの聴き方レッスン」「ゲートキーパー入門講座」  
西宮市役所 職員 「悩みの聴き方レッスン」「ゲートキーパー入門講座」「フォロー研修」  
「自殺危機初期介入スキルワークショップ」  
西宮市 水道検針員・社会福祉協議会職員研修

## ■明石市 自殺予防研修開催業務

明石市オレンジカフェ／明石波の家／兵庫県立大学看護学部／スクールソーシャルワーカー／健康ソムリエ／金木犀の会／グッドフェローズ／おむつ定期便／二見西小学校／カルピス配達員(見守りサポーター)／衣川コミュニティセンター／市民研修(フォロー・図書館)

## ■尼崎市

尼崎市市職員・教職員研修／市民研修「悩みの聴き方レッスン」「ゲートキーパー入門講座」／

尼崎市小中学校 1 年目教員

## ■ゲートキーパー研修開催 自治体・団体(順不同)

## 【兵庫県】

|                   |                           |                 |                        |
|-------------------|---------------------------|-----------------|------------------------|
| 三田市               | 中学生／教職員<br>教育委員会／市民       | 三木市             | 市教職員／市民<br>民生児童委員      |
| 伊丹市               | 中学生／教職員<br>市民／市職員         | 西脇市             | 教職員                    |
| 香美町               | 民生児童委員／町役場職<br>員（カウンセリング） | 南あわじ市           | 教職員／市職員<br>広域消防職員／ケアマネ |
| 新温泉町              | 市民<br>民生委員                | 多可町             | 教職員<br>町職員             |
| 稲美町               | 民生児童委員                    | 神河町             | 町職員                    |
| 芦屋市               | 市職員研修                     | 播磨町             | 町職員<br>民生児童委員          |
| 精神科診断学会<br>シンポジウム | 医療従事者                     | 明石市             | 市民                     |
| 西宮市               | 高校生<br>教職員                | 朝来市             | 市民                     |
| 浄土真宗本願寺神<br>戸別院   | 自死者追悼法要実行委員<br>会スタッフ      | 兵庫県薬剤師会         | 薬剤師                    |
| 宍粟市社会福祉協<br>議会    | 民生児童委員                    | 宝塚 NPO セン<br>ター | ひきこもり当事者／家族／支<br>援者    |

## 【大阪府】

|      |                      |     |                       |
|------|----------------------|-----|-----------------------|
| 泉大津市 | 中学生／教職員<br>FM いづみおおつ | 貝塚市 | 市職員／ワークショップ参加<br>者／市民 |
| 寝屋川市 | 養護教諭（オンライン）          | 大阪市 | 大阪断酒会                 |

## 【京都府】

|                 |                                  |       |              |
|-----------------|----------------------------------|-------|--------------|
| 京丹波町            | 町職員／女性の会／<br>社会を明るくする運動推進<br>委員会 | 城陽市   | 市職員<br>民生児童員 |
| 長岡京市            | 市職員／民生児童委員<br>FM おとくに            | 宇治田原町 | 民生児童委員       |
| 八幡市             | 市民                               | 精華町   | 町職員<br>民生委員  |
| 宇治市             | 市民<br>支援者                        | 綾部市   | 市民<br>市職員    |
| 佛教大学<br>社会福祉士の会 | 社会福祉士（オンライン）                     |       |              |

## 【滋賀県】

|      |       |     |              |
|------|-------|-----|--------------|
| 東近江市 | 市役所職員 | 米原市 | 市民<br>中学校教職員 |
|------|-------|-----|--------------|

|     |        |     |                           |
|-----|--------|-----|---------------------------|
| 高島市 | 市役所支援者 | 草津市 | 市民／市職員／健康推進委員／企業同和教育推進協議会 |
|-----|--------|-----|---------------------------|

|     |              |
|-----|--------------|
| 野洲市 | 地域包括支援センター職員 |
|-----|--------------|

## 【奈良県】

|       |      |     |         |
|-------|------|-----|---------|
| 大和高田市 | ケアマネ | 生駒市 | 介護事業所職員 |
|-------|------|-----|---------|

## 【和歌山県】

|      |                 |
|------|-----------------|
| 紀美野町 | 民生委員<br>(オンライン) |
|------|-----------------|

## 【広島県】

|         |        |
|---------|--------|
| 広島高等検察庁 | 検察官等職員 |
|---------|--------|

## 神戸市女性のつながりサポート事業

男女共同参画センター(あすてっぷ KOBE)において困難を抱える女性の相談支援として法律や心理などの専門相談を行いました。

そのほかにも居場所(りりーぶ)として茶菓を提供し、生理用品の配布やカウンセリング・アロマテラピーなど体験してもらいました。

2024年 11/2、12/21、2025年 2/22 に実施

### 女性のための相談会

**相談無料(予約優先)** **一時保育あり(無料)**  
専門家に直接相談できます!

**日時** 2024年11月2日(土)、12月21日(土)  
2025年2月22日(土)  
午後1時～5時

**場所** あすてっぷ KOBE

**内容** 弁護士、カウンセラー、ファイナンシャルプランナーなど、  
専門家による個別の面接相談(40分程度)

個別に相談できる知識豊富な各種専門家相談員による、充実の相談会です。  
専門家に直接聞けるというあまりない機会ですので、ぜひご参加ください。

- 弁護士相談(弁護士)
- 仕事の相談(キャリアカウンセラー)
- こころの悩みの相談(臨床心理士または公認心理師)
- お金の相談(ファイナンシャルプランナー)
- 離婚の相談(離婚カウンセラー)

- JR「神戸駅」徒歩7分
- 神戸市営地下鉄「ハーバーランド駅」徒歩7分、  
「大倉山駅」徒歩3分
- 神戸高速鉄道「高速神戸駅」徒歩3分

## 尼崎市ひきこもり等支援事業「あまりす」

あまりすは、令和 7 年度からの事業が不採択になり 2 年半で活動を終えることになりました。スタッフが心から寄り添う活動をしていたことが評価されなかったことは残念でありませんが、大変素晴らしい活動であったと自己評価をしたうえで、最後のご報告をさせていただきます。



あまりすキャラクター リすたん  
デザイン: 中島あゆみ氏

### ■アウトリーチ(訪問支援)の取り組み

おおむね30歳を越える年齢のひきこもりの方がいるご家庭に定期的に訪問して、当事者とそのご家族の心情に寄り添いながら、社会参加を支えていく活動です。

精神疾患のために社会から受け入れられず怒りをコントロールできなくなっていた方、ゴミ屋敷のなかで地域から孤立していた方なども、少しずつ、少しずつの温かい声掛けと継続訪問で、徐々に心を開いてくださいました。スタッフは何でもできることを探して行いました。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。ごみ捨てのお手伝いもしました。一緒にショッピングに出かけたり、食事をする事で、ご本人が就労意欲を取り戻したこともありました。長年、歯の治療ができないでいた恐怖症の方には、診察室と一緒に入って、声をかけて励ましながら治療に付き合いました。

年間訪問件数 348 件

### ■居場所

ひとり静かに過ごしたり、相談員とお話したり、同じような環境の方たちと交流したり。そんな自由であたたかな「居場所」を開催してきました。昨年度は参加人数も増え、常時15名ほどが参加するようになりました。漫画や書籍、ゲームを楽しむ方、ヨガや女子会に参加される方、「さんとしょ」への外出など活動の幅も広がりました。居場所最終日には20名以上が集まり、相談員と共に和やかな時間を過ごしました。 年間28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。参加されるご家族も少しずつ増え、家族同士の交流も深まりました。近況報告の場では、共感や労いの言葉を掛け合う姿が見られ、癒しの時間になっていたと感じました。

また、個別相談にも応じ、家族全体をあたたくも慎重に見守りながら支援を行いました。

年間6回開催

## ■あまりす 第3回 啓発セミナー

### 大人のひきこもり

### ～家族や地域ができること～

講演講師に日花睦子さんをお迎えし、20年以上にわたり、ひきこもり状態の息子を支えてこられた母としてのご経験や日々の葛藤をリアルな言葉でお話していただきました。講演後にはワールドカフェ形式の座談会を実施し、参加者同士が自由に感想や意見を語り合う時間を設けました。

当事者、ご家族、支援者が立場を越えて語り合う中でさまざまな気づきやヒントが得られたのではないかと感じました。また、ひきこもり支援事業の活動内容も紹介し、当事業や『あまりす』についてたくさんの方に知っていただく貴重な機会となりました。

参加者 73名…当事者、ご家族、支援者、各関係機関の方々



## ■あまりすスタッフ



未経験からの取り組みでしたが、これまでまったく外出できなかった方が、相談員と外食したり、居場所に通えるようになったり、一緒に買い物に出かけたり、少しずつ社会とのつながりを取り戻していく様子を間近で見ることができました。

さらに、在宅就労につながるなど、大きな変化を感じられる場面もありました。このような貴重な経験をさせていただいたことに、相談員一同、心から感謝申し上げます。