「自殺予防のためのゲートキーパー養成テキスト」を活用した
研修会実施報告書（平成30年度～令和4年度）

令和5年8月

新潟市

分析体制

〇新潟大学大学院保健学研究科　准教授
　成田　太一

〇東京都立大学 人文社会学部 人間社会学科 心理学教室　准教授
　勝又　陽太郎

〇事務局
　丸山　光子（新潟市保健衛生部こころの健康センターいのちの支援室長）
　中川　拓也（新潟市保健衛生部こころの健康センターいのちの支援室）

１．研修会概要

平成２９年度に若年層の自殺対策の一環として作成した「自殺予防のためのゲートキーパー養成テキスト」について、保健師（看護職）、薬剤師、教育関係者、行政職員などの様々な専門職等を対象に、テキスト内プログラムの一部を活用しながら研修会を継続的に実施した。

本研修会では、ゲートキーパーとしての基礎知識の理解やそれぞれの連携について考えることなどを一連のプログラムとして実施し、自殺予防について問題の共有化等を図った。

１）各年度における研修会参加者数

年度	研修内容	参加者数（単位：人）
平成 30	・自殺の基礎知識 ・自殺の反対語 ・ＩＤＯＢＡＴＡ ・説きくらべ	168
令和元		180
令和 2		143
令和 3		230
令和 4		254
計		975

２．アンケートの分析結果・考察

本研修では、研修後に参加者からアンケートを記載してもらうことで評価を行った。

アンケートの回収数（率）は 761 件（78.1%）であった。

１）参加者の概要

参加者の所属機関は学校関係（教員、養護教諭等）が 341 人（44.8%）と最も多く、行政機関（保健師、保護課職員等）163 人（21.4%）、支援機関（若者・子育て関係機関等）151 人（19.8%）であった。

機関	n	%
行政機関（保健師、保護課職員等）	163	21.4
学校関係（教員、養護教諭等）	341	44.8
警察学校関係	63	8.3
支援機関（若者・子育て関係機関等）	151	19.8
その他	43	5.7

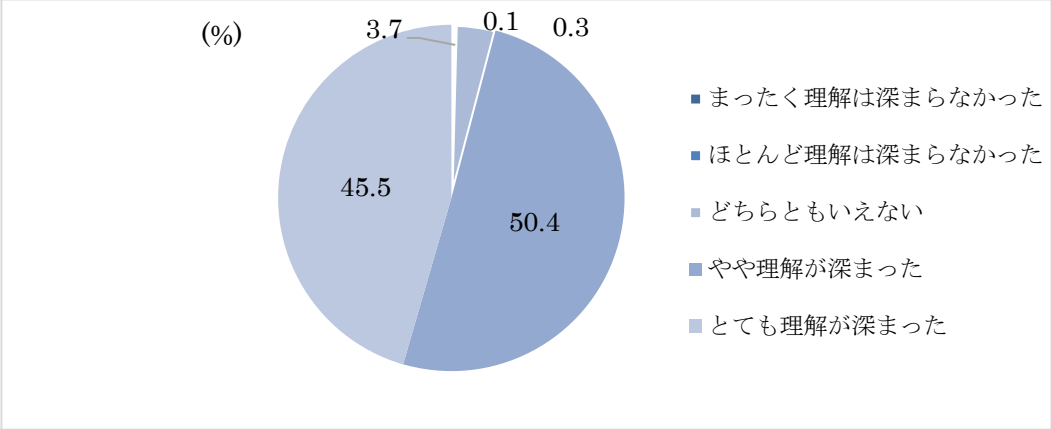
２）研修内容別の参加者数

研修内容	n	%
反対語、IDOBATA	374	49.1
反対語のみ	177	23.3
IDOBATA のみ	156	20.5
自殺の基礎知識の講義のみ	28	3.7
自殺の反対語、説きくらべ	26	3.4

３）研修参加による自殺リスクへの対応に関する理解の深まり

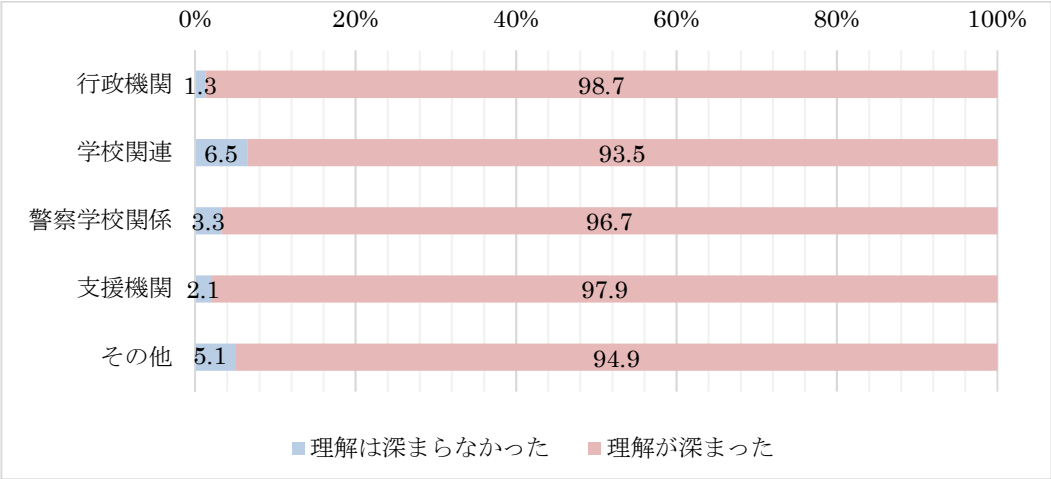
（１）全体

「やや理解が深まった」が 354 人（50.4%）で最も多く、「とても理解が深まった」320 人（45.5%）と 2 つを合わせると、95.9%が「理解が深まった」と回答し、全体として高い評価を得ることができ、理解度の観点から研修の目的はおおむね達成されたものと考えられた。



（２）機関別による自殺リスクへの対応に関する理解の深まり

「とても理解が深まった」「やや理解が深まった」を「理解が深まった」とし、「ほとんど理解は深まらなかった」「まったく理解は深まらなかった」を「理解は深まらなかった」として再分類し、機関別に割合を算出したところ、いずれの機関でも 90%以上が「理解が深まった」と回答しており、高い評価を得ていた。



４）機関別の自殺リスクへの対応に関する困難さの程度

自殺リスクへの具体的対応場面を 9 項目提示し、各項目について研修参加者が感じている困難さの程度を 5 段階（1.全く困難でない、2.あまり困難ではない、3.どちらでもない、4.やや困難である、5.とても困難である）で評価してもらった。さらに、自殺リスクへの具体的対応場面の 9 項目について、本研修への参加によって困難度が低下したと思われる項目を選択してもらった（複数選択）。

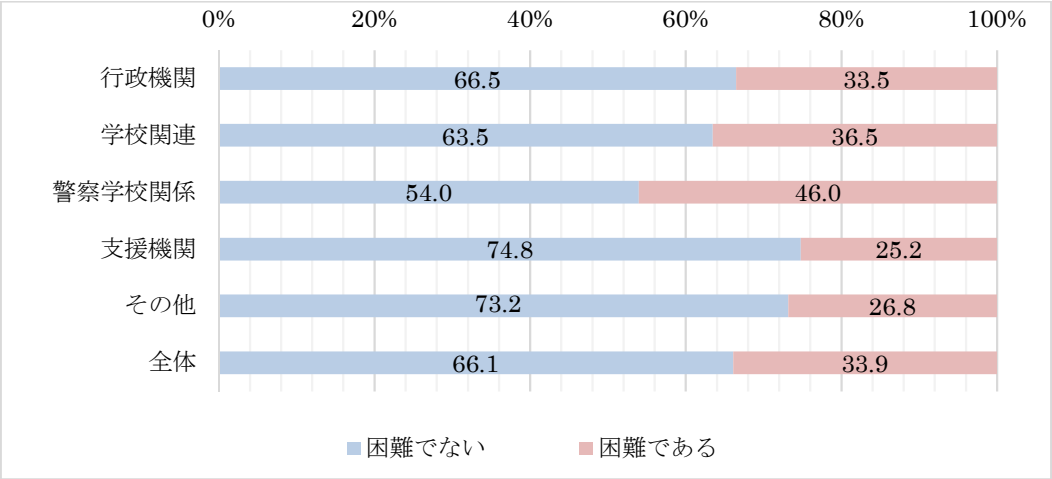
研修参加者が感じている困難さの程度の 5 段階について、「1.全く困難でない、2.あまり困難ではない」を「困難でない」、「3.どちらでもない、4.やや困難である、5.とても困難である」を「困難である」

として再分類し、機関別にその割合を算出した。

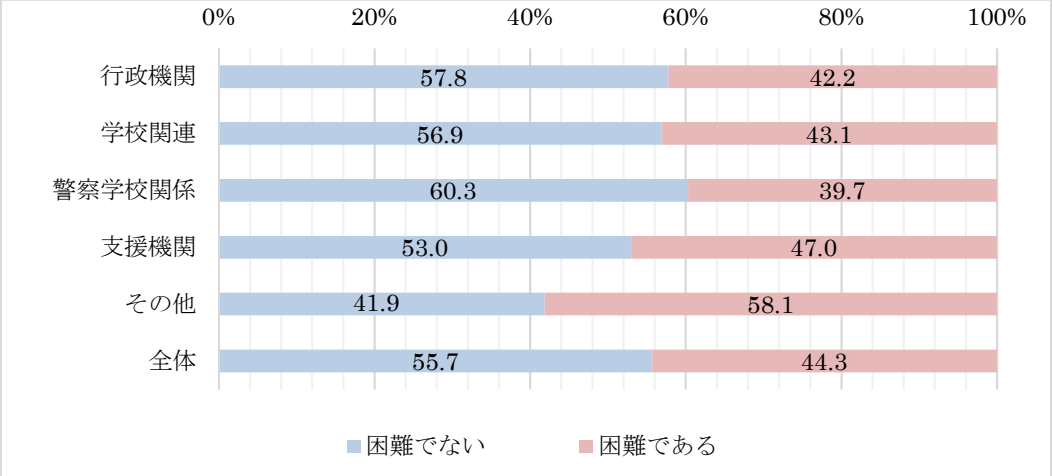
その結果、全体で「困難である」と回答した割合が最も高い項目は、「4.自殺リスクの切迫度を適切に評価する」64.3%であり、「7.自殺を実行する計画について尋ねる」55.8%、「5. 自殺リスクのある人とともに解決方法を探る」46.9%であった。自殺のリスクに対応する上で、得られた情報から自殺リスクを適切に評価したり、具体的な実行計画について尋ねること、ともに解決方法を探ることなど、自殺について話題にしたり、より一歩踏み込んだ支援を行うことについて、困難さを感じる割合が高い傾向がみられた。

機関別では、警察学校関係において「困難である」と回答した割合が「4.自殺リスクの切迫度を適切に評価する」75.4%、「5. 自殺リスクのある人とともに解決方法を探る」65.1%となっており、全体と比較して 10%以上高い項目もあり、研修参加者における業務経験値などの違いが反映された可能性が考えられる。

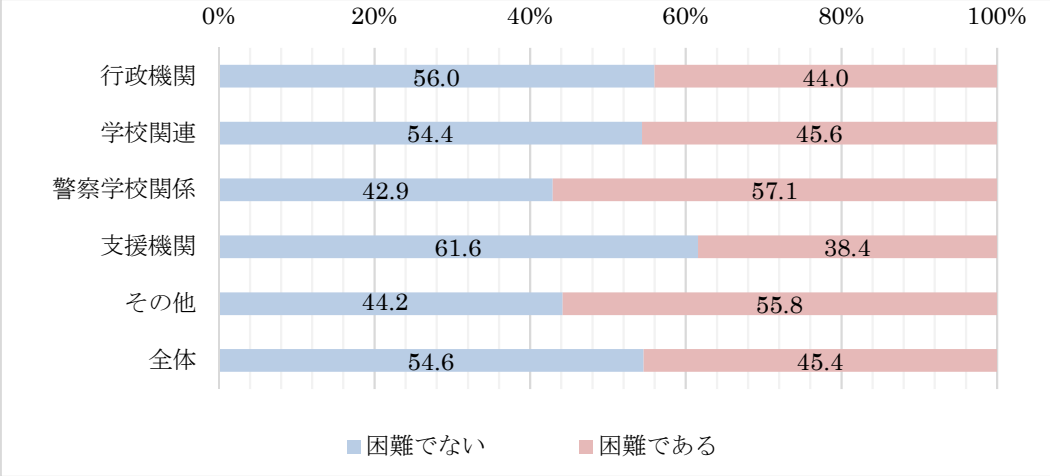
（1）自殺リスクのある人の話を支持的に傾聴する



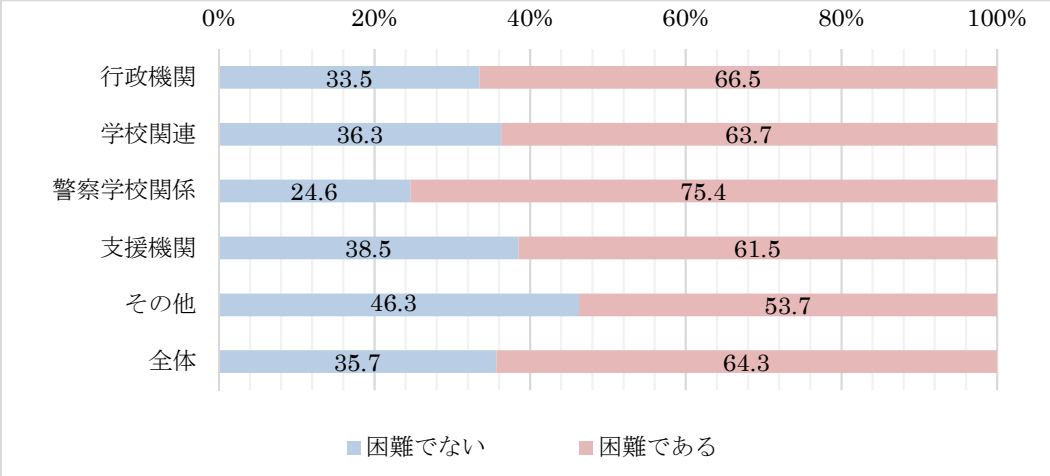
（2）自傷している人にその傷について尋ねる



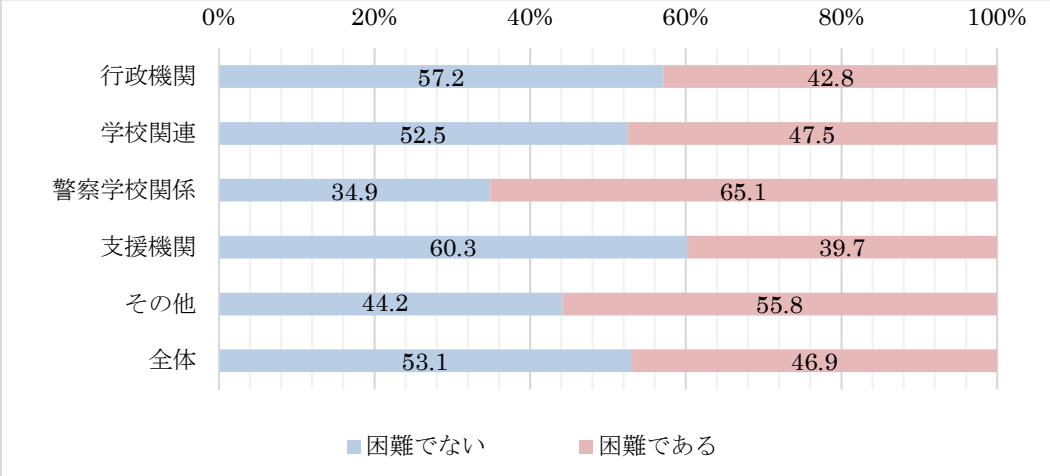
（３）自殺リスクのある人の心理・行動特性を把握する



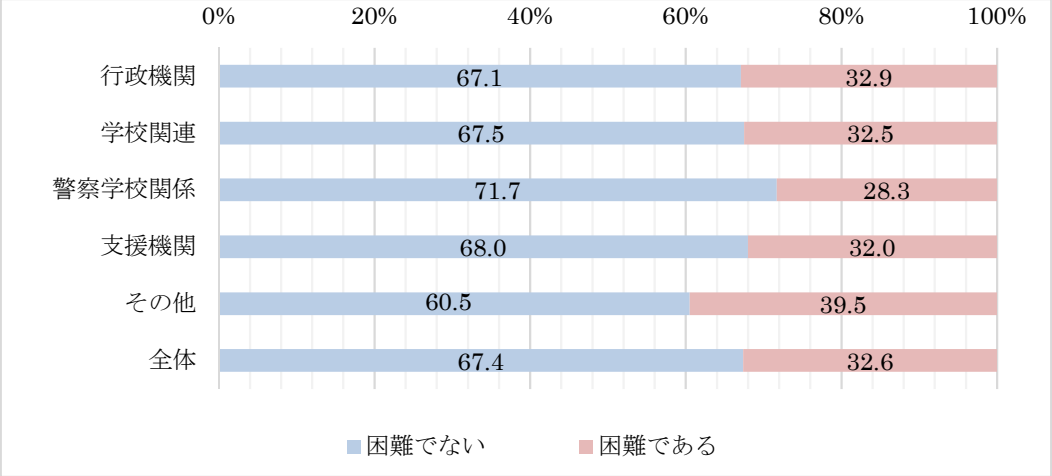
（４）自殺リスクの切迫度を適切に評価する



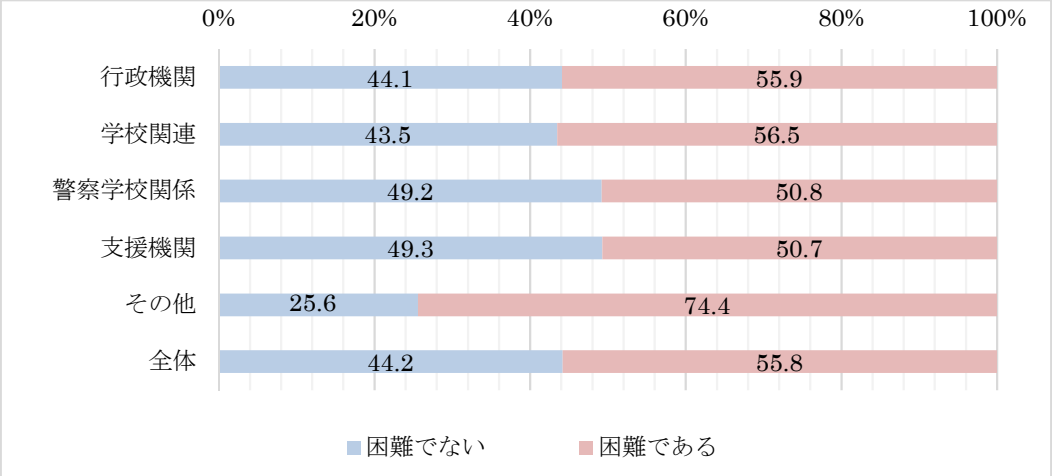
（５）自殺リスクのある人とともに解決方法を探る



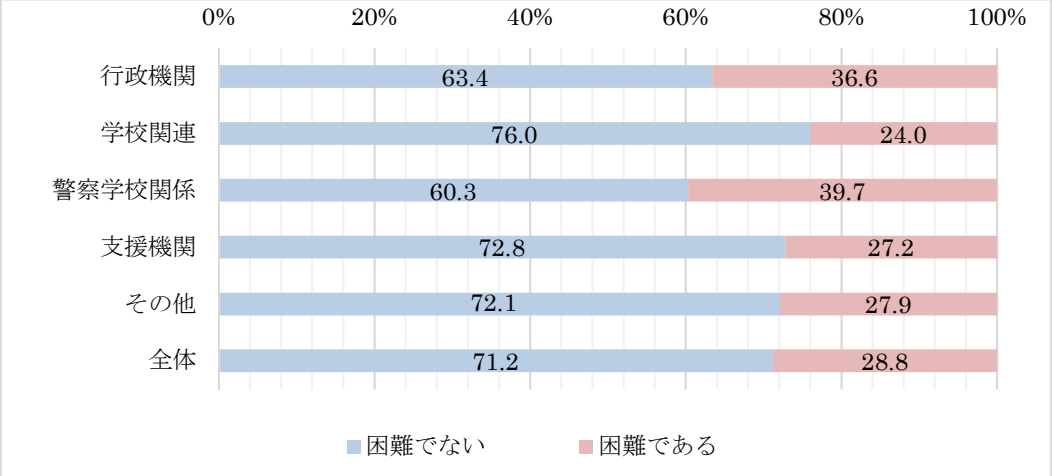
（６）死にたい気持ちについて尋ねる



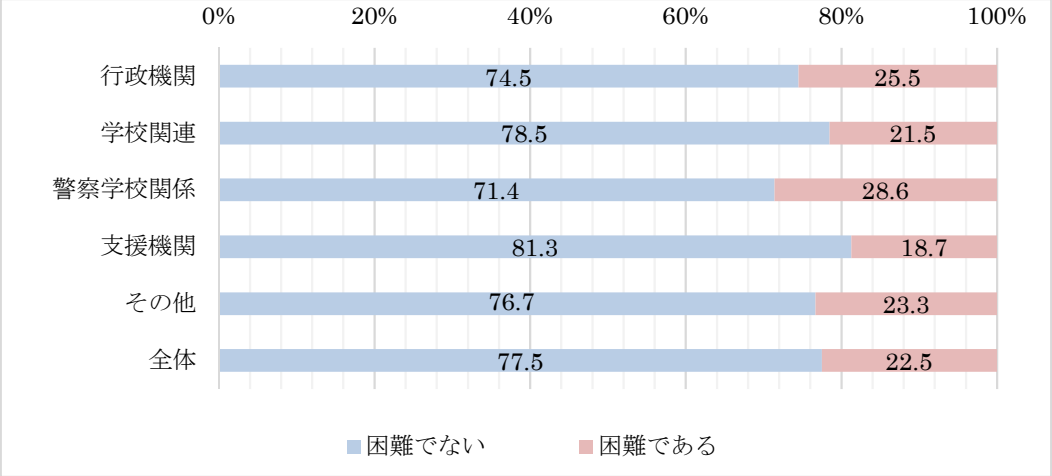
（７）自殺を実行する計画について尋ねる



（８）自殺リスクに関して、家族と連携する



（９）自殺リスクに関して、他の社会資源と連携する



５）機関別の困難度低下ありの割合

本研修への参加によって「困難度が低下した」と回答した割合を項目ごとに全体、機関別に算出した。全体で、「困難度が低下した」と回答した割合が最も高かったのは「1.自殺リスクのある人の話を支持的に傾聴する」25.4%であり、「6.死にたい気持ちについて尋ねる」20.2%、「9. 自殺リスクに関して、他の社会資源と連携する」19.7%であった。本研修への参加により、支持的な傾聴や気持ちを尋ねることなどの受容的な対応や、他機関との連携について困難度が低下しており、本研修で具体的な対応や連携について学んだことが困難度の低下に影響したものと考えられる。

機関別の割合の違いをχ^2検定および残差分析により検討したところ、「2.自傷している人にその傷について尋ねる」「4.自殺リスクの切迫度を適切に評価する」「6.死にたい気持ちについて尋ねる」「7.自殺を実行する計画について尋ねる」において、各機関の困難度低下の傾向に違いが見られ、若者・子育て関連等の支援機関が他機関に比べ困難度が低下した割合が多く、学校関連は他機関に比べ困難度が低下した割合が少ない状況がみられた。「4.自殺リスクの切迫度を適切に評価する」「7.自殺を実行する計画について尋ねる」は、対応の困難度が高かった項目でもあり、研修参加者の業務経験値などの違いもあり、困難度低下の傾向に違いが見られた可能性が考えられる。

項目	全体 (n=761)		行政機関 (n=163)		学校関連 (n=341)		警察学校関係 (n=63)		支援機関 (n=151)		その他 (n=43)		p
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	0.024
1 支持的傾聴	193	25.4	38	23.3	85	24.9	15	23.8	49	32.5 #	6	14.0	0.075
2 自傷について尋ねる	110	14.5	29	17.8	38	11.1 *	4	6.3	35	23.2 #	4	9.3	0.001
3 心理行動特性の把握	107	14.1	26	16.0	37	10.9 *	8	12.7	31	20.5 #	5	11.6	0.063
4 切迫度評価	63	8.3	11	6.7	23	6.7	1	1.6 *	21	13.9 #	7	16.3 #	0.004
5 解決方法を探る	105	13.8	21	12.9	42	12.3	9	14.3	27	17.9	6	14.0	0.579
6 死にたい気持ちについて尋ねる	154	20.2	40	24.5	56	16.4 *	9	14.3	44	29.1 #	5	11.6	0.003
7 自殺の計画について尋ねる	81	10.6	20	12.3	28	8.2 *	3	4.8	26	17.2 #	4	9.3	0.019
8 家族との連携	72	9.5	11	6.7	27	7.9	5	7.9	23	15.2 #	6	14.0	0.052
9 社会資源との連携	150	19.7	35	21.5	62	18.2	11	17.5	36	23.8	6	14.0	0.470

残差>1.95

* 残差< - 1.95

６）研修内容に関する意見結果と考察

研修内容に関する意見の自由記述について、意味内容にコードを作成し類似するものをまとめたところ 602 コードが抽出され、4 つのカテゴリ、17 のサブカテゴリに分類された。

カテゴリは、【1.研修の新規性と柔軟な思考の重要性】、【2.自殺や連携に関する理解】、【3.具体的な支援や対応への理解】、【4.自殺対応の難しさ、研修への要望】に分類された。サブカテゴリについては、「1.研修内容への理解と感想」、「2.研修内容の新規性と面白さ」、「3.多様な考えや柔軟な思考の重要性」、「4.自殺に関する基礎知識への理解」、「5.自殺に関する自己理解の促進」、「6.ゲートキーパーの役割や重要性」、「7.多職種連携と社会資源活用の重要性」、「8.対応の原則についての理解」、「9.傾聴や声かけの重要性」、「10.気づきの重要性」、「11.研修を活かした対応の実践」、「12.対象者との関係性構築の重要性」、「13.自殺リスクのある人への対応の理解」、「14.自分にできることを実践することの重要性」、「15.対応力を高める必要性の実感」、「16.研修会に対する改善や要望」、「17.自殺対応の難しさ」に分類された。

以下の記述においては、カテゴリを【】、サブカテゴリを「」、コードを（）で示す。

自由記述の具体的な内容としては、【1.研修の新規性と柔軟な思考の重要性】では、「1.研修内容への理解と感想」、「2.研修内容の新規性と面白さ」、「3.多様な考えや柔軟な思考の重要性」の 3 つに分類された。

「1.研修内容への理解と感想」では、（有意義な研修だった）、（興味深い内容が多く勉強になった）などが挙げられた。「2.研修内容の新規性と面白さ」では、（楽しく演習を通して自殺について学ぶことができた）、（今までにない演習だった）などが挙げられた。「3.多様な考えや柔軟な思考の重要性」では、（柔軟な発想を養うにはよいきっかけになると思った）、（様々な角度、視点からの発想があることを実感できた）などが挙げられた。

【2.自殺や連携に関する理解】では、「4.自殺に関する基礎知識への理解」、「5.自殺に関する自己理解の促進」、「6.ゲートキーパーの役割や重要性」、「7.多職種連携と社会資源活用の重要性」の 4 つに分類された。

「4.自殺に関する基礎知識への理解」では、（自殺への理解を深めることができた）、（自殺について改めて考えさせられた）などが挙げられた。「5.自殺に関する自己理解の促進」では、（自殺は悪いことだと決めていた自分に気付いた）などが挙げられ、「6.ゲートキーパーの役割や重要性」では、（ゲートキーパーとしての対処法を確認することができた）などが挙げられ、「7.多職種連携と社会資源活用の重要性」では、（多職種からのアプローチ、連携について学ぶことができた）、（チームで対応することの重要性が分かった）などが挙げられた。

【3.具体的な支援や対応への理解】では、「8.対応の原則についての理解」、「9.傾聴や声かけの重要性」、「10.気づきの重要性」、「11.研修を活かした対応の実践」、「12.対象者との関係性構築の重要性」、「13.自殺リスクのある人への対応の理解」、「14.自分にできることを実践することの重要性」、「15.対応力を高める必要性の実感」の 8 つに分類された。

「8.対応の原則についての理解」では、（具体的な対応について学べて良かった）などが挙げられ、「9.傾聴や声かけの重要性」では、（話を聞いて否定しないことが大事だと分かった）、（傾聴の重要性を再確認できた）などが挙げられ、「10.気づきの重要性」では、（いつもと違うサインに気付き心配していることを伝えることが大切だと分かった）などが挙げられた。「11.研修を活かし

た対応の実践」では、（支援する時が来た時に研修内容を活用して落ち着いて対応したい）などが挙げられ、「12.対象者と関係性構築の重要性」では、（生徒との関係を意識的に作っていく必要があると思った）などが挙げられ、「13.自殺リスクがある人への対応の理解」では、（自殺企図者にいかに自殺をとどまらせるか、の入り口がわかった）などが挙げられた。「14.自分にできることを実践することの重要性」では、（自分にできることはやってみようと思った）などが挙げられ、「15.対応力を高める必要性の実感」では、（様々な状況でどんな支援ができるか想像することで、対応する力がアップすると感じた）などが挙げられた。

【4.自殺対応の難しさ、研修への要望】では、「16.研修会に対する改善や要望」、「17.自殺対応の難しさ」の 2 つに分類された。

「16.研修会に対する改善や要望」では、（もう少し基礎的な研修を受けてみたい）、（IDOBATA のルールに最初混乱した）などが挙げられ、「17.自殺対応の難しさ」では、（傾聴することとゲームの中の会話カードの違いが分からなかった）、（支援することの難しさを再認識した）などが挙げられた。

それぞれのカテゴリで見ると、研修会を受講したことによって理解度や自己研鑽、また、本テキストの目的でもある多職種連携など多くのことを学ぶ機会となったことが分かった。また、特に抽出コードが多かった【3.具体的な支援や対応への理解】では、傾聴や声掛けの重要性、気になる人に対して自殺について尋ねてはいけないといった自分自身の認識の違いなど、今後、日々の支援の中で活かすことができるというようなものが多く、自殺予防のゲートキーパーとして再認識をしてもらえる機会となったことが考えられた。

今後の課題として、【4.自殺対応の難しさ、研修への要望】があるが、基礎的な研修会や実際の事例を聴きたいという要望や、研修会の時間をもう少し長くしてもらいたいという要望が挙げられていた。実際に、研修依頼時間が１時間から１時間半の中で、自殺予防の基礎知識と演習をするには、自殺予防の基礎知識についてポイントのみを話をして事例等は紹介できないのが現状であり、演習についても、１時間程度要するものを３０分程度でするなど、時間的な余裕がないことも多かった。今後は、研修会の依頼先とも調整を図り、研修会時間の調整や具体的な事例の報告など工夫をしていくことが必要だと感じた。

カテゴリ	サブカテゴリ	コード	総数
			602
1．研修の新規性と柔軟な思考の重要性	1.研修内容への理解と感想	コード数	88
		有意義な研修だった	19
		興味深い内容が多く勉強になった	15
		参考になった	14
		分かりやすい説明で理解を深めることができた	8
		定期的に IDOBATA を実施することが大切だと思った	3
		自殺をテーマにしながら、身近にありそうな話としてディスカッションできてよかった	3
		基礎知識についてとても参考になった	3
		様々なケースを知ることができた	2
		幅広い世代に有効だと思った	2
		短い時間でまとめていただいた	2
		重要なポイントを教わり理解できた	2
		今までのグループワークがマンネリ化していた中で充実感があった	2
		研修は２度目でも内容が異なり新しい気持ちで参加できた	2
		ポイントを絞って分かりやすい内容だった	2
		命についての研修は必要であると改めて思った	1
		日常の生徒対応、保護者対応にも有用なカードゲームだった	1
		他の人にも伝えられる分かりやすい内容だった	1
		前半講演、後半演習という構成がよかった	1
		深刻にならずユーモアを交えながら検討できてよかった	1
		自殺予防に関する研修は初めてだった	1
		今後の指導に役立てたい	1
		研修のような啓発活動は重要だと思った	1
		グループワークの題材や時間が適切だと思った	1
	２．研修内容の新規性と面白さ	コード数	50
		楽しく演習を通して自殺について学ぶことができた	17
		今までにない演習だった	8
		ゲームを通して支援の方法や方向性について考えることができた	6
		グループワークの内容が興味深かった	4
		ゲームは面白く考えさせられる内容だった	3
		予想外の演習で当初は戸惑ったが楽しかった	2
		カード使っての演習は、グループの中のそれぞれの個性を知ることができた	2
		初めてやったゲームでしたが、連携の新発見があった	2
		自殺予防連携ゲームの注目ポイントが、現在に重点を置くか過去に置くかで差があり興味深かった	1
		自殺予防連携ゲームでは他人の考えを楽しく聞き、自分では思いつかないような内容にすごいと思った	1
		自殺の反対語を考えるアイスブレイクは子どもにも活用できると思った	1
		ブレーンストーミングは予想以上に有意義だった	1
		カードゲームは生徒にもやらせたい	1
		アイスブレイクが実は深い内容だと思った	1

	３．多様な考えや柔軟な思考の重要性	コード数	82
		柔軟な発想を養うにはよいきっかけになると思った	14
		様々な角度、視点からの発想があることを実感できた	13
		発想力の大切さを再認識した	13
		グループ討論によって他の意見が聞けたことで様々な気づきにつながった	11
		他の人たちとの考え方の違いが感じられてよかった	10
		考え方や視点が人それぞれ違って、とても視点が広まった	5
		講義の上で演習があり想像力が鍛えられた	3
		たくさんの意見や考え方に触れることで考えを整理できた	3
		IDOBATA の話し合いの内容をグループでシェアしてみたい	3
		演習はとても楽しく、自分の凝り固まった思考に気づく機会になった	2
		いろいろな考えがあると勉強になった	2
		命という重大な課題へのイメージが様々であることがわかった	1
		普段関わりの少ない職種からも話が聞けてよかった	1
		IDOBATA は自分の気づいていないアプローチを考える機会となった	1
２．自殺や連携に関する理解	４．自殺に関する基礎知識への理解	コード数	36
		自殺への理解を深めることができた	8
		自殺について改めて考えさせられた	8
		新潟県や新潟市の自殺の多さを初めて知った	7
		自殺に対するイメージの違いが分かった	7
		自殺の現状について知り身近なこととして捉えることができた	3
		自殺する人の心理行動を知らない人が多いと思うので間違えずに理解したい	1
		死にたいと言う人は、同時に生きたいと思っているというのが、とても驚いた	1
		子どもの発する SOS にいろいろあることが分かった	1
	５．自殺に関する自己理解の促進	コード数	6
		自殺は悪いことだと決めていた自分に気づいた	4
		自殺予防支援の経験がなくイメージにとらわれていた部分に気づいた	1
		自殺予防というものについてハードルを高く設定していたことに気づけた	1
	６．ゲートキーパーの役割や重要性	コード数	19
		ゲートキーパーとしての対処法を確認することができた	7
		誰でもゲートキーバーになれるんだと思った	5
		SOS を受け取ってくれる人がいたという経験をたくさん子どもたちにさせてやりたいと思った	2
		SOS の受け取り手としてアンテナをはっていきたい	2
		自分もゲートキーパーであり、周りにも支援者はたくさんいることを改めて認識した	1
		ゲートキーバーとして美容院に協力してもらっている自治体があるので、新潟でもどうかなと思う	1
		SOS を出す力は勝手に備わるものではないという話に納得した	1
	７．多職種連携と社会資源活用の重要性	コード数	69
		多職種からのアプローチ、連携について学ぶことができた	21
		チームで対応することの重要性が分かった	8
		様々な関係機関と連携し、柔軟な支援をすることが大切である	7
		支援先は様々なところに繋げられると感じた	5
		さまざまな職種に関する理解を深めることができた	5

		抱え込まずみんなで支えていけるようになるとよい	4
		今後も研修を受け、様々な資源を活用できるようになりたい	2
		リスクマネジメントの大切さ、連携することの重要さを確認できた	2
		インフォーマルな支援も活用できることが分かった	2
		連携先カードに記載されているものが実際の対応先と異なり想像できなかった	1
		連携をしやすいと感じられるようになった	1
		様々な可能性を考えながら、つなぐことが自殺予防に取り組む一歩	1
		他市の情報も提供いただき連携を図っていきたいと思った	1
		他の先生方や外部の支援を有効に活用して対応すれば良いのだと思った	1
		状況や考え方によって資源となり得るものが変わることを学べた	1
		周りにサインを出すこともあるのでしっかり情報共有できる関係を築くことも大切だと感じた	1
		自分の部署だけでなく繋ぐ対応で良い	1
		自分で連携先を決めつけないことの重要性が学べた	1
		支援者の中に助産師も入れるよう頑張りたいと思った	1
		顔の分かるつながりの大切さを感じた	1
		学校が連携しやすいような行政のあり方についても考えていきたい	1
		異なる業務の職員で研修できると連携強化に役立つと思った	1
３．具体的な支援や対応への理解	**８．対応の原則についての理解**	**コード数**	**11**
		具体的な対応について学べてよかった	5
		心理学を学んだことがないので不安もあるが、話を聞くという初歩的なことを意識して相談者と話をしたい	3
		対応の原則について、今まで誤解していたところもあり、良い勉強の機会となった	1
		対象は違っても対応の基本は同じであると再認識した	1
		対象者の話をしっかり聞くこと、他の関係機関の役割をしっかり学ぶことが重要だと感じた	1
	９．傾聴や声かけの重要性	**コード数**	**63**
		話を聞いて否定しないことが大事だと分かった	12
		傾聴の重要性を再確認できた	12
		自殺リスクのある人との面接で、様々な視点から見ていく必要が理解できた	8
		自殺についてのワードを使ってよいことが分かった	8
		声かけの内容や関わり方について参考になった	4
		傾聴するポイントが少し分かった	4
		分かってあげようとする寄り添う気持ちは持ち続けたい	2
		小さな変化や気軽に話せる状況を作る必要性を感じた	2
		私で良かったら話して、と私が聴く姿勢を大切にしたい	2
		話題を作ることが難しいと感じた	1
		話を聞く側も楽に対応しなければと改めて思った	1
		対応への仕方や言葉のかけ方によって状況が分かることがためになった	1
		相談対応の基本を分かりやすく説明を受け、自分の中でのある程度の指標ができたと感じた	1
		相談で「死にたい」という電話を受けることがあるので、講義を参考にしていきたい	1
		色々な価値観や立場の視点から、若者の話を聞いていけるようになりたい	1

		自分の意見を押し付けず、話が聞けると良いと思った	1
		安易にわかったと言ってはいけない理由がよくわかった	1
		じっくり生徒の話を聞く時間が必要だと思った	1
	10．気づきの重要性	**コード数**	**11**
		いつもと違うサインに気づき心配していることを伝えることが大切だと分かった	5
		気づくことができるか不安を感じた	1
		気になることがあった時はためらわずに声をかけたい	1
		気づき関わりつなぐことで予防できるようにしていきたい	1
		自殺予防の発見につながるきっかけは、たくさんあることが分かった	1
		変化に気づくということは普段から関わっていなければ見えないこと	1
		周囲が気づいてしてあげられることが分かった	1
	11．研修を活かした対応の実践	**コード数**	**23**
		支援する時が来た時に研修内容を活用して落ち着いて対応したい	4
		IDOBATA のゲームで様々なシチュエーションがあった	3
		プログラムを繰り返すことで、実際動く時に役立ちそう	2
		ファーストコンタクトがキーワード	2
		I（アイ）メッセージの重要性を知った	2
		IDOBATA で色々な関わり方があることを学べた	2
		反対語きっかけにして身近な対策が見つかるのではないかと感じた	2
		生徒の SOS に気づいた後の対応について分かりやすく説明があってよかった	1
		出た意見を参考に生徒の出す SOS にアドバイスできそうな気がした	1
		相談業務の研修にも IDOBATA を使うことができると感じた	1
		もしもの時には今日の研修を活かしたい	1
		常に情報をキャッチして更新していく必要があることを自覚した	1
		TALK の原則がよく分かった	1
	12．対象者との関係性構築の重要性	**コード数**	**10**
		生徒との関係を意識的に作っていく必要があると思った	3
		親身になることを考え続けていこうと思った	1
		もっと自然にコンタクトをとることが良いのかもしれないと思った	1
		誰とでも共生を心がけていければと思う	1
		体調や眠れていないかといった質問は生徒にとって答えやすいと感じた	1
		尋ねることで本人を追い込むことはないと知り安心した	1
		柔軟な考えで、対象者と一緒に考えることができることを理解した	1
		受容し一緒に考えることが大切だと分かった	1
	13．自殺リスクのある人への対応の理解	**コード数**	**14**
		自殺企図者にいかに自殺をとどまらせるか、の入口がわかった	4
		自殺したいという人の気持ちの方向性を変えていくことが大切と理解できた	2
		家族が自殺する前に、どう動けば良いのか、どうやって気づいてあげるべきなのか、参考になった	1
		相談の中で自殺リスクを感じた時は研修の実践と他のスタッフへの報告を行いたい	1
		自殺リスクのある人へのアンテナの張り方は偏りがないように共有していく必要があると思った	1
		自殺のサインを出してくれる人はまだ救うチャンスがあると改めて気づいた	1

		過去に担任していた自殺した生徒を思い出し、いろいろと考えてしまった	1
		自殺しようと思っている人に対する対応方法が分かりためになった	1
		死なせないためというより生きるためという方向で考えたいと思った	1
		支援方針を立てる業務を客観的にみることができた	1
	14．自分にできることを実践することの重要性	コード数	11
		自分にできることはやってみようと思った	5
		自分がどうすればいいか、自分にできることを少しでも学ぶことができた	1
		自分の職務の立場について考えさせられた	1
		自分なりの道筋を考えることによって、自分事として考えることができた	1
		以前より硬くなりすぎないように（支援）できる気がした	1
		警察として自殺するような人達にどのような対応ができるか、考えるきっかけとなった	1
		専門職ではない自分にもできることがあると分かり、対応の際の自信になると感じた	1
	15．対応力を高める必要性の実感	コード数	11
		様々な状況でどんな支援ができるか想像することで、対応する力がアップすると感じた	2
		時間を取ってしっかり考えることを繰り返していくことが大切だと思った	1
		自殺の教養が深まり相談対応として役立った	1
		色々な解決策があることを理解できた	1
		相談できる選択肢はいろいろあるということを分かってもらうことが大切と感じた	1
		前向きに取り組むことは難しいが、それでもしっかり取り組むことはしていかなければならない	1
		実際に自殺についてやりとりするのは不安だがやらなければと思う。	1
		支援者が心も身体も健康であることがまず大事	1
		自分の経験や対応について考えながら話を聞くことができた	1
		研修してもなかなか困難度は低下しないが、機会ごとに研修を重ねていきたい	1
４．自殺対応の難しさ、研修への要望	16．研修会に対する改善や要望	コード数	61
		もう少し基礎的な研修を受けてみたい	9
		IDOBATA のルールに最初混乱した	4
		自殺の反対語のイメージが難しかった	4
		具体的な事例を挙げてもらえると関心が深まると思った	3
		グループワークの考察の時間がもう少しあればと思った	3
		アンケートの内容が難しい	3
		統計結果の話だけでなく実際の事例のお話なども聞きたかった	3
		来年はもう少し研修が長くてもよいのかもしれない	2
		実際の事例や体験について紹介して欲しい	2
		自殺リスクの切迫度を評価するアセスメントツールがあれば教えてほしい	2
		なぜ自死を選んだのか具体的な事例が気になった	2
		他の場所でも研修をしてほしい	1
		他のプログラムも学びたい	1
		切迫度を適切に評価する方法を知りたい	1
		精神疾患が考えられる方を医療につなぐ方法が気になった	1
		生徒の支援のためのチームビルディングを教えてもらいたい	1

		職種により、面接場面の演習などの研修があると良いと思った	1
		実際に自殺を回避できた方の事例をもう少し知りたい	1
		自殺念慮について本人の設定がある程度あった方がよかった	1
		自殺予防できなくて亡くなってしまった場合の家族支援等があったら知りたい	1
		時間があれば適切な声かけや事例についてもお聞きしたかった	1
		子ども自身のレジリエンスの強化について学びたい	1
		参考になる文献などを教えてほしい	1
		参加者本人ならどのような支援をするのか話し合えるとよかった	1
		今回の内容の確かさを示すために、根拠を示してもらえると良いと思った	1
		傾聴、対応等の講義が聞きたかった	1
		各職種の役割の説明があるとよかった	1
		各論的な点についても、いずれかの機会にお聞きしたい	1
		開催時間をもう少し遅くしてもらえるとありがたい	1
		もっと色んな事例やメンバーで行いたい	1
		つなげる先について具体的に知りたいと思った	1
		ゲームという呼び方に少し違和感を感じた	1
		「自殺の実態」のスライド資料が欲しい	1
		ゲームの意義が分からなかった	1
		あまり関わったことのない支援者カードが出た時に難しいと感じた	1
	17.自殺対応の難しさ	**コード数**	**37**
		「傾聴すること」と、「ゲームの中の会話カード」の違いが分からなかった	4
		支援することの難しさを再認識した	3
		傾聴し受け止めた自分自身が辛くならないか不安	3
		学生のため対応や支援について理解するのが難しかった	3
		職種によってどのような仕事をしているのか分からなかった	2
		自殺リスクのある人の話や悩みに自分も引きずられて落ち込むことがある	2
		それぞれのケースで正しい答えがないのがとても難しい	2
		ストーリーを考えるのは難しかったが、とても頭の体操になった	2
		サインを出さない子どもの希死念慮を低く見てしまうが見切れないと感じた	2
		大切な研修だが職場が多忙すぎて気持ちが入らない	1
		身近に自殺企図者がいたら対処は難しいと思う	1
		親の協力が得られないと困る	1
		心配な様子がある生徒がおりアプローチに悩んでいる	1
		状況等を聞き取ることはできるような気がしたが、自殺リスクがあると対応やその後の解決が難しいと思った	1
		重たい内容なので、自分で抱えきれなくなりそうな不安がある	1
		実際に相談を受けた時に、上手く対応できるかと不安	1
		自殺予防に対応するのに、1つの組織で対応するには限界がある	1
		自殺という言葉が出た時に動揺してしまうのではないかと思った	1
		自殺したいと言われた時にどうしたらいいのか、どう声をかけたらいいかと悩むことがあった	1
		自己理解、他者理解はとても難しい	1
		どのような声を掛ければよいか困ることが多い	1
		チームで動くタイミングが難しいように感じた	1
		そのような場面で冷静に話が聞けるのか自信はない	1

３．提言

「自殺予防のためのゲートキーパー養成テキスト」については、平成 29 年度に作成し、その後、多種多様な職種に対してテキストのツールを用いて研修会を実施してきた。当初、若年層対策の一環としてツールの作成をしたが、研修会を開催した結果、幅広く活用することができるツールであることが考えられた。そのため、平成 30 年度には、テキストにおけるプログラムの１つである「自殺予防連携ゲーム IDOBATA」においては、当初の若年層編のツールだけではなく、職種に応じて具体的な事例への関わりや連携先をイメージできるようにするため様々な職種ごとの事例等の検討ツールが必要ということから、多職種編、薬剤師編、保健師編としてツールを作成した。研修参加者の職種が保健師・薬剤師のみというような時は、職種に対応したツールを用いることにより、具体的な事例によって研修会を実施することができた。多種多様な職種などに対してプログラムを活用した研修会を実施したが、自殺予防の連携などについて議論するための方法論として有効な可能性が示唆された。

令和 4 年度においては、「新潟市若年層における自殺対策ワーキングチーム」において、学識者や教育委員会などと協議をしながら、「教職員向けの IDOBATA プログラム」の開発を進めている。

今後、教職員向けに自殺予防ゲートキーパー養成研修会を行う際は、このプログラムを活用しながら研修会を実施していきたいと考えている。

本テキストを活用した研修会を継続的に実施するためには、テキスト作成当初から懸念事項であった、全体的なファシリテーター（進行役）の育成が重要であり、研修参加者の多種多様な職種からグループ進行役というような想定もあったが、継続的に研修会に参加してもらうということは極めて困難であった。

そのため、ファシリテーターは特定の大学教員及びこころの健康センター職員のみしかできなかった。

本テキストについては、誰もがテキスト内のプログラムを活用し、ゲートキーパー養成研修会をできるよう演習のねらいや進め方、また、まとめのポイントなども記載したテキストとしたが、実際には、ある一定の自殺予防の基礎知識も必要であり、テキスト内プログラムを用いて誰もが研修会を実施するということは困難であった。

また、プログラムの１つである「IDOBATA」については、グループの構成についても工夫が必要であった。それぞれの経験年数によって関係機関等の情報が異なるため、グループの構成については、どのような関わりをしてもらうことができる関係機関なのかなどという情報に差異があり、なかなか演習が進まないこともあった。そのため、グループ構成の際には、参加者の経験年数などにも考慮し、より経験豊富な人から中心的役割を担ってもらいグループ内で関係機関の情報共有をすることも必要なため、経験年数が偏らないようにグループ構成の工夫をするなどといったことも求められる。

最後に、本テキストを活用した研修会を継続するためには、ファシリテーターの育成が非常に重要であり、また、プログラムの１つである「IDOBATA」の様々な職種編を作成していくことが必要である。今後は、個々の研修会ごとに、実施するプログラムの中身を工夫するなどして実施していくことが望まれる。