

事 務 連 絡
令和2年11月27日

都 道 府 県
各 指 定 都 市
自殺対策主管部（局） 御中

厚生労働省社会・援護局総務課自殺対策推進室

生きづらさを感じている労働者、求職者の方への支援について

平素より、自殺対策の推進にご尽力いただき、厚く御礼申し上げます。

警察庁の自殺統計によると、我が国の自殺者数は昨年まで10年連続で減少してきましたが、本年7月から増加の傾向にあり、本年11月24日に公表された自殺統計によると、本年10月の自殺者数（暫定値）は、2,158人で前年同月と比して619人の増加となっており、特に、女性の自殺者は386人の増加となっています。

今般、新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止等への取組に伴う就労環境の変化によりストレスや不安を感じるリスクが高まり得る状況にあります。また、過去には雇用情勢の急激な悪化により自殺者数が大幅に増加したことがありましたが、現在、新型コロナウイルス感染症の拡大の影響により雇用情勢が悪化しており、自殺リスクが高まるおそれがあります。

このため、別紙のとおり、厚生労働省労働基準局総務課長、職業安定局首席職業指導官及び雇用環境・均等局総務課労働紛争処理業務室長から各都道府県労働局労働基準部長、職業安定部長及び雇用環境・均等部（室）長に対し、都道府県や市町村の自殺対策担当部局や自殺防止の支援団体との連携に関して「生きづらさを感じている労働者、求職者の方への支援について」（令和2年11月27日事務連絡）が発出されたところです。

都道府県労働局においては、

- ・求職者の早期再就職にむけたきめ細やかな就職支援・臨床心理士等の専門家による巡回相談やメール相談、心の健康相談（多重債務問題、社会保険関係、税金関係を含む。）
- ・失業した場合の雇用保険給付や求職者支援制度（雇用保険を受給できない求職者が対象。無料の職業訓練に加え、支給要件を満たす場合、訓練期間中に職業訓練受講給付金を支給）に関する手続き
- ・総合労働相談コーナー（都道府県労働局や労働基準監督署等に設置）における労働問題（長時間労働、解雇、雇止め、配置転換、賃金の引下げ、いじめ・嫌がらせなど）に関する相談の受付

等を行っており、子育て中の女性等を対象に、子ども連れで来所しやすい環境を整備したマザーズハローワーク・マザーズコーナーも設置しております。

また、働く人のメンタルヘルス・ポータルサイト「こころの耳」においては、職場のメンタルヘルスに関する総合的な情報提供や、メンタルヘルス不調、過重労働による健康障害に関する相談の受付を行っており、自殺対策担当部局においては、自殺予防の相談の中で職場におけるメンタルヘルス対策、ハラスメント防止、再就職支援等の支援が必要であると思われるときは、当該相談者を都道府県労働局等と連携の上ご対応いただくようお願いいたします。

加えて、都道府県労働局等から、自殺念慮を有する労働者や求職者に対する自殺予防に関する支援について連絡を受けた場合には、適切な支援を行っていただくようお願いいたします。

併せて、都道府県におかれては、都道府県労働局との連携について管内の市区町村に対し周知方お願いします。

【参考】

- 全国のハローワークの所在案内

<https://www.mhlw.go.jp/kyujin/hwmap.html>

- マザーズハローワーク・マザーズコーナー所在地一覧

https://www.mhlw.go.jp/kyujin/dl/mother_pamphlet.pdf

- 雇用保険制度の案内

https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/koyou_roudou/koyou/koyouhoken/index_00003.html

- 求職者支援制度の案内

https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/koyou_roudou/koyou/kyushokusha_shien/index.html

- 総合労働相談コーナーの所在案内

<https://www.mhlw.go.jp/general/seido/chihou/kaiketu/soudan.html>

- 働く人のメンタルヘルス・ポータルサイト「こころの耳」相談窓口案内

<https://kokoro.mhlw.go.jp/agency/>

【参考資料】

1. 自殺対策の主な相談窓口一覧（リーフレット）
2. 女性の自殺の増加に対応するための支援策の例

主な相談窓口一覧

もしあなたが先の見えない不安や、生きづらさを感じるなどの様々なこころの悩みを抱えていたら、その悩みを相談してみませんか。電話では相談しづらい方には、LINEなどのSNSでも相談できます。



電話相談

裏面の「地域の相談窓口」「SNS相談窓口」もご覧ください

こころの健康相談統一ダイヤル

電話をかけた所在地の都道府県・政令指定都市が実施している「こころの健康電話相談」等の公的な相談機関に接続します。

☎ 0570-064-556

相談対応の曜日・時間は
自治体によって異なります。



https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/hukushi_kaigo/seikatsuhogou/jisatsu/kokoro_dial.html

よりそいホットライン

どんなひとの、どんな悩みにもよりそって、一緒に解決できる方法を探します。

- ・暮らしの悩みごと
- ・悩みを聞いて欲しい方
- ・DV・性暴力などの相談をしたい方
- ・外国語による相談をしたい方 など



☎ 0120-279-338

24時間対応



<https://www.since2011.net/yorisoi/>

いのちの電話 (一般社団法人日本いのちの電話連盟)

☎ 0570-783-556

毎日 午前10時から午後10時まで

☎ 0120-783-556

毎日 午後4時から午後9時まで
毎月10日 午前8時から翌日午前8時まで



<https://www.inochinodenwa.org/>

チャイルドライン (NPO法人チャイルドライン支援センター)

18歳までの子どもがかける電話です。チャットでの相談も受け付けています。

☎ 0120-99-7777

毎日 午後4時から午後9時まで



<https://childline.or.jp/index.html>

地域の相談窓口

表面の「電話相談窓口」もご覧ください



支援情報検索サイト

どこに相談したらいいかわからない時は**支援情報検索サイト**にて**地域別、方法別、悩み別**に相談窓口を検索することができます。

<http://shienjoho.go.jp/>



SNS相談窓口

表面の「電話相談窓口」もご覧ください



NPO法人自殺対策支援センター ライフリンク

「生きづらびっと」「よりそいチャット」などのSNSやチャットによる自殺防止の相談を行い、必要に応じて電話や対面による支援や居場所活動等へのつなぎも行います。

LINE @yoriso-chat **Twitter @yorisoichat** **チャット <https://yoriso-chat.jp/>**



相談時間 月・火・木・金・日：午後5時から午後10時30分（午後10時まで受付）
水：午前11時から午後4時30分（午後4時まで受付）

NPO法人東京メンタルヘルス・スクエア

「こころのほっとチャット」では主要SNS（LINE、Twitter、Facebook）およびチャットから、年齢・性別を問わず相談に応じています。

LINE・Twitter・Facebook @kokorohotchat

チャット https://www.npo-tms.or.jp/public/kokoro_hotchat/



相談時間 毎日：午後12時から午後4時（午後3時まで受付）
午後5時から午後9時（午後8時まで受付）

NPO法人BONDプロジェクト

10代20代の女性のためのLINE相談を実施しています。

LINE @bondproject

相談時間 月・水・木・金・土：午後2時から午後6時（午後5時30分まで受付）
午後6時30分から午後10時20分（午後10時まで受付）



LINE



女性の自殺の増加に対応するための支援策の例（参考資料2）

①健康問題への支援（こころの相談）

- ・十分な精神保健上の支援（心のケア）を実施できるよう、精神保健福祉センターや保健所等への財政支援を実施
- ・「みんなのメンタルヘルス総合サイト」、「こころもメンテしよう～若者を支えるメンタルヘルスサイト～」によるメンタルヘルス関係の支援情報の提供
- ・働く人のメンタルヘルス・ポータルサイト「こころの耳」による職場のメンタルヘルスに関する情報提供や電話・メール・SNS相談を実施

②職を失った方等への支援

- ・求職者の早期再就職に向け、ハローワークにおけるきめ細やかな就職支援の実施
- ・生活保護受給者・児童扶養手当受給者等に対するハローワークと地方公共団体のワンストップによる就労支援の実施
- ・ハローワークにおいて、心の健康相談等（多重債務問題、社会保険関係、税金関係を含む）を、臨床心理士等の専門家による巡回相談やメール相談により実施

＜新型コロナウイルスの影響を受けて職を失った方への支援＞

- ・ハローワークにおける非正規雇用労働者等に対する相談支援体制の強化
- ・雇用保険を受給できない求職者を対象とする求職者支援訓練の対象人員枠の拡充
- ・雇用保険の基本手当の給付日数の延長

③生活資金でお悩みの方への支援

- ・個人向け緊急小口資金等の特例貸付
- ・ひとり親世帯臨時特別給付金の給付

④子育てなどに不安を感じる女性への支援

- ・ひとり親家庭の相談窓口现就労支援専門員の配置を進め、ワンストップで相談に応じる体制を推進するとともに、必要に応じて他の支援機関に繋げ、総合的・包括的な支援を推進
- ・産後うつ予防等を図る観点から、妊産婦健診等を通じて、母体の身体的機能の回復や精神状態の把握等を実施しているほか、市町村が行う産後ケア事業を通じて、産後の妊産婦の心身のケアや育児サポートなどを実施しており、産前産後の母子に対する切れ目ない支援を推進

(別紙)

事務連絡
令和2年11月27日

労働基準部長
各都道府県労働局職業安定部長 殿
雇用環境・均等部(室)長

厚生労働省労働基準局総務課長
厚生労働省職業安定局首席職業指導官
厚生労働省雇用環境・均等局総務課労働紛争処理業務室長

生きづらさを感じている労働者、求職者の方への支援について

警察庁の自殺統計によると、我が国の自殺者数は昨年まで10年連続で減少してきたが、本年7月から増加の傾向にあり、本年11月24日に公表された自殺統計によると、本年10月の自殺者数(暫定値)は、2,158人で前年同月と比して619人の増加となっており、特に、女性の自殺者は386人の増加となっている。

多くの方々が自殺により亡くなられているこの状況を重く受け止め、令和2年9月10日に、厚生労働大臣から生きづらさを感じている方々へメッセージを発信したところである(厚生労働省ホームページ、SNSに掲載)。

自殺は、複雑化・複合化した問題が深刻化したときに起きるとされ、失業、生活苦等の経済・生活問題、仕事の疲れ、職場の人間関係等の勤務問題、病気の悩み等の健康問題、家族関係の問題など様々な要因が関係している場合が多いとされている。

今般、新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止等への取組に伴う就労環境の変化によりストレスや不安を感じるリスクが高まり得る状況にある。また、過去には雇用情勢の急激な悪化により自殺者数が大幅に増加したことがあったが、現在、新型コロナウイルス感染症の拡大の影響により雇用情勢が悪化しており、自殺リスクが高まるおそれがある。

自殺を防ぐためには、うつ病の治療等の精神保健の視点だけでなく、本人の経済・生活面、人間関係等に係る包括的な支援を展開することが重要であり、労働、福祉をはじめとする様々な分野の支援機関や支援団体が密接に連携していく必要がある。

都道府県労働局においては、労働者や求職者に対する支援や相談対応を行うに当たって、上記の状況について認識していただくようお願いする。また、生きづらさを感じている労働者や求職者から相談を受けた場合には、本人の気持ちに耳を傾けていただき、保健所や精神保健福祉センター、自殺対策主管部局、精神保健担当部局等が運営するところの健康相談窓口や、必要に応じて精神科医療機関等に繋ぐなどの対応をお願いする。その際、別添1のとおり自殺予防に関する相談窓口を紹介するリーフレットを送付

するので、窓口を設置するなど、活用いただきたい。加えて、自殺対策担当部局や自殺予防の電話相談やSNS相談の実施団体より、自殺予防の相談の中で職場におけるメンタルヘルス対策や、ハラスメント防止、再就職支援等の支援を受けたいとの意向がある等の連絡があった場合には、自殺対策担当部局等とも連携の上、相談者に対して適切な支援を行っていただきたい。

なお、厚生労働省社会・援護局自殺対策推進室から都道府県・指定都市の自殺対策担当部局に対して、都道府県労働局との連携について別添2のとおり通知していることを申し添える。

【参考】

○生きづらさを感じている方々へ（厚生労働大臣メッセージ）

https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/hukushi_kaigo/seikatsuhogo/jisatsu/r2_shukan_message.html

○まもろうよ ころ（厚生労働省特設サイト）

<https://www.mhlw.go.jp/mamorouyokokoro/>

