

間以上～60 時間未満 8 件、60 時間以上～80 時間未満 8 件、80 時間以上～100 時間未満 10 件、100 時間以上～120 時間未満 19 件、120 時間以上～140 時間未満 13 件、140 時間以上～160 未満 1 件、160 時間以上 7 件、その他 9 件でした。

今回、精神障害の労災請求と認定はいずれも 1983 年度の統計開始以降最多となりました。また、厚生労働省は令和 2 年 6 月から改正労働施策総合推進法を施行し、パワーハラスメントの定義が法律上規定されたこと等を踏まえ、認定基準の「業務による心理的負荷評価表」にパワーハラスメントの項目を追加しました。これにより労働者が労災認定を受けやすくなり、労災の請求件数もより増加する見込みとなっているようです。労働者あるいはご家族の生活を守るための保険としてより良いものとなることを期待したいと思います。

参考文献

厚生労働省、「令和元年度過労死等の労災補償状況」、2020

【2】自殺について知ろう・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・

◇10 代のための支援サービス検索・相談サイト Mex（ミークス）について◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇

今回は、10 代の子も達が、いち早く、安心して頼れる大人や支援団体とつながるためのツール、「10 代のための支援サービス検索・相談サイト Mex（ミークス）」についてご紹介させていただきます。Mex（ミークス）については『令和元年版自殺対策白書』においてもコラム 5（p145-p146）として紹介されています。興味のある方は是非そちらも御一読ください。

Mex（ミークス）とは

認定 NPO 法人 3keys（スリーキーズ）が、2016 年 4 月、虐待・いじめ・こころの問題など、深刻な悩みを抱えながらも誰にも相談できずにインターネットに駆け込んだ子ども達が、いち早く、安心して頼れる大人や支援団体とつながれるように立ち上げたポータルサイトです。

主に 10 代の子も達がスマートフォンで利用することを想定しています。悩みの種類や住んでいる地域を入力すること、最適な支援団体・サービスを見つけたり、コンタクト（メールや電話）を取ることができます。また、子ども達が関心を持つテーマのコラムも数多く掲載しており、抱えている悩みに関する情報を得ることも出来ます。

Mex（ミークス）の機能

Mex（ミークス）のホームページにアクセスすると、①相談先をさがす、②よみもの、③動画、④気持ちをほき出す、が選択できます。①では、「暴言・無視・ひいき」、「たたく・殴る」、「性被害・わいせつ」、「こころ・からだ」、「くらし」、「その他」の 카테고리の中から絞り込みが出来ます。選択後、相談方法の希望や都道府県単位のエリア指定をすることで、条件に合った相談連絡先一覧が表示されます。②は、143 件の記事が掲載されており（2020 年 8 月 20 日現在）、「暴言・無視・ひいき」、「たたく・殴る」、「性被害・わいせつ」の 카테고리の中から絞り込むことも出来ます。③は、14 件の動画（2020 年 8 月 20 日現在）が掲載されており、②と同様に絞り込むことも出来ます。④では、ホームページ内に悩みを記入する欄が設けられてお

り、そこに悩みや相談先の感想などを書き込むことが出来るようになっていきます。ただ、返信は行ってないようです。

Mex（ミークス）の利用状況

2018年度、Mex（ミークス）の利用者数は約28.9万人（2017年度＝14.2万人）と前年度の約2倍でした。また、Mex（ミークス）上にある「メールで相談」「電話で相談」「LINEで相談」などのボタンが押された回数は12,896回（2017年度＝4,258回）と前年度の約3倍となっています。

任意の年齢アンケートでは10代の利用者は67%、その3分の2が16～19歳（高校生相当）となっています。

認定NPO法人3keys（スリーキーズ）代表理事の森山誉恵氏は、今後に向けて、子ども達の利用状況などからさらに使い易いサービスとするためカテゴリーの見直しやメール・LINEへの対応など機能面の改善、掲載されているサービスが関東圏に多くなっているため、その他の地域の情報の掲載などを進めて行くとしています。

自殺総合対策大綱の中には、「子ども・若者の自殺対策を更に推進する」として学校におけるSOSの出し方に関する教育の推進が盛り込まれました。また、平成29年に座間市で発覚した事件からSNSの悪用に関する注意喚起がなされ、同時にSNSを利用し然るべき支援機関へとつなげる試みが取組まれています。今回紹介させて頂いたMex（ミークス）も子ども達を然るべき支援機関につなげる事の出来る有用なサービスです。興味のある方はサイトもしくはアプリの方を一度ご覧下さい。

参考文献

認定NPO法人3keys（スリーキーズ）、「10代のための相談窓口まとめサイト Mex（ミークス）」、最終更新日：2020年8月18日、HP URL：<https://me-x.jp/>
厚生労働省、『令和元年版 自殺対策白書』、2019

【3】お知らせ.....

◇ 精神保健福祉センターでは、こころの電話相談を次の時間帯で行っています。

月曜から金曜日 9:00～21:00

土曜日祝日（12月29日～1月3日を除く） 10:00～16:00

Tel：0570-064-556

※ご相談の電話が集中しますと、つながりづらい状態になりますがご了承ください。

◇ HP・携帯版HPをご覧ください

北海道地域自殺対策推進センターのHPを開設しています。最新の北海道の状況を掲載しており、より情報を見やすく、分かりやすくお伝えできるよう心がけています。また、Andanteのバックナンバーへのリンクもごさいますので是非ご覧ください。

パソコンHP URL：<http://www.pref.hokkaido.lg.jp/hf/sfc/jisatutaisaku.htm>

また、携帯電話で見ることができる携帯版 HP も開設しています。警察庁および北海道警察から公表された統計資料をもとに、北海道における自殺の状況を掲載しています。こちらも併せてご覧ください。

携帯 HP URL : <http://www.pref.hokkaido.lg.jp/hf/sfc/i/joukyou.htm>

【4】編集後記・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・

今年の札幌の夏は数日 30℃を超える日があったものの比較的過ごしやすい季節だったように思います。

さて、例年9月10日から9月16日は、自殺対策基本法第7条第2項において、自殺予防週間と位置づけられており、同法及び自殺総合対策大綱に掲げる「誰も自殺に追い込まれることのない社会」の実現に向け、相談事業及び啓発活動が実施されています。ですが、今年度においては新型コロナウイルス感染症の影響により夏期休暇が短縮され、例年よりも早く学校が始まる地域が多いため、取組を更に前倒しし、夏期休暇中である8月1日～9月16日まで実施されています。期間中は、相談支援として、SNS相談事業やこころの健康相談統一ダイヤルの拡充が行われており、普及啓発活動として、厚生労働省や警察庁、金融庁などさまざまな団体がポスターの掲示やキャンペーンを行っています。

いつもご愛読ありがとうございます。

次号 Vol.135 は、令和2年9月末に配信予定です。

お問い合わせ先

北海道立精神保健福祉センター
札幌市白石区本通16丁目北6番34号

Tel 011-864-7121

Fax 011-864-9546

URL <http://www.pref.hokkaido.lg.jp/hf/sfc/>

Mail hofuku.seishin1@pref.hokkaido.lg.jp