

令和7年度 ゲートキーパー研修（入門編）の確認テスト

1 あなたが所属する局等を教えてください。

- | | | | |
|----------|-----------|-----------|-----------|
| 1 危機管理室 | 2 企画総務局 | 3 財政局 | 4 市民局 |
| 5 健康福祉局 | 6 こども未来局 | 7 環境局 | 8 経済観光局 |
| 9 都市整備局 | 10 道路交通局 | 11 下水道局 | 12 各区所属部署 |
| 13 会計室 | 14 消防局 | 15 水道局 | 16 議会事務局 |
| 17 教育委員会 | 18 中区役所 | 19 東区役所 | 20 南区役所 |
| 21 西区役所 | 22 安佐南区役所 | 23 安佐北区役所 | |
| 24 安芸区役所 | 25 佐伯区役所 | | |

2 あなたの職名を教えてください。（ ）

3 入庁して何年目ですか。（ 年目）

4 厚生労働省の調査では、回答者の約何%が「これまでの人生の中で、本気で自殺したいと考えたことがある」と答えましたか。

約 5% 約 15% **約 25%** 約 50%

5 自殺を考えている人が陥りがちな心理状態として、あてはまらないものは次のうちどれですか。

「自分の居場所なんてどこにもない」

「自分が生きていることで周りの迷惑になっている」

「困ったときは、信頼できる人にいつでも相談できる」

「この状況から抜け出すには、自殺するしかないのではないか」

6 厚生労働省の調査では、どれくらいの回答者が「誰かに悩みを相談したり、助けを求めたりすることにためらいを感じる」と答えましたか。

約 2 人に 1 人 **約 3 人に 1 人** 約 5 人に 1 人 約 10 人に 1 人

7 自殺の危険につながりかねない状況として、あてはまらないものは次のうちどれですか。

自殺未遂をした経験がある

身近な人との死別体験がある

支援者やソーシャルサポートが足りない

地域の支援組織から十分なサポートを得ている

8 ゲートキーパーになるために必須となる資格について、正しいものは次のうちどれですか。

自殺対策に関する特別資格

心理に関する専門資格

医療に関する専門資格

特別な資格は必要ない

9 ゲートキーパーの4つの役割にあてはまらないのは次のうちどれですか。

気づき：周囲の人の変化に気づいて、声をかける役割

傾聴：相手の気持ちを尊重しながら、耳を傾ける役割

つなぎ：必要に応じて、相談窓口や専門家に早めに相談するよう促す役割

監視：積極的に声をかけて相手の死にたい気持ちの変化を監視する役割

10 ゲートキーパーが「大切にすべきこと」として、あてはまらないものは次のうちどれですか。

話を真剣に聴こうとするこちらの姿勢を意識的に伝えること

心の準備をしたうえで、誠実な態度を心掛けること

相手が体験したことや感じていることを、批判せずに聴くこと

押し付けと思われようとも、相手に対するこちらの評価をはっきり伝えること

11 ゲートキーパーが積極的に行うことが望ましいのは次のうちどれですか。

腕組をしながら話を聞くこと

タイムキープを行うために、手元の時計を常に確認すること

勢いに任せて自分の感情を伝えること

真剣に聞いていることを意識的に伝えるために相づちを打つこと

12 ゲートキーパーの役割を果たすために必要なことは次のうちどれですか。

4つの役割をすべて完璧に担う

4つの役割のうち、どれかひとつだけでも担う

誰にも頼ることなく、専門家としての責任を全うする

自殺を止めるために、「死にたい」という気持ちをとにかく否定する

13 ゲートキーパーの対応として、正しいものをすべて選んでください。

価値観の押し付け

安心感を与える

安易な励まし

一方的な提案

否定せず一緒に考える

自殺念慮の確認

自殺の計画性の確認

ねぎらう

傾聴

自ら助けを求めるよう促す

14 ゲートキーパーがセルフケアとして大切にすべきことのうち、あてはまらないものは次のうちどれですか？

支える側のゲートキーパー自身が支援を受ける

ストレスを感じても誰にも相談せずに自身で抱え込む

気持ちを落ち着かせるための方法をあらかじめ考えておく

うまくいかないときがあっても、自分をねぎらう気持ちを大事にする

15 研修に関する感想、ご意見等ありましたら、ご記入ください。

--