

# 「みくりカード」 全住民配布 メンタル支援基盤 ご提案

## 提案の核 「3円のカード」が、住民の最後のセーフティネットになる

住民全員に **名刺サイズのカード1枚** を配布します。住民は財布や名刺入れに常時携帯し、いざという時にカード裏面のQRコードから、24時間・無料・匿名でAIカウンセラー「みくり」と対話できます。自治体は **配布のみ** を担い、対話内容には一切関与しません。



↑ カードデザイン例(標準版)。寸法 91mm × 55mm、両面カラー、1枚 約3円

## なぜカードか 4つの構造的課題を、1枚で解決

既存メンタル支援の課題	みくりカードによる解決
必要な瞬間にURL・電話番号を思い出せない	財布に常時携帯、危機の瞬間にカードが目に入る
行政管理サービスに個人情報を入れる抵抗感	カードは <b>個人所有</b> 。自治体は配布のみ・対話内容を見ない
「相談カード」を持つこと自体が恥ずかしい	<b>全市民配布</b> のため、持つ・持たないの差がない
家族・知人が困っているがどう声かけしていいか	「これ持っていて」と他者に渡せる、住民同士の見守り基盤に

## 基盤となる「みくり」16ヶ月の実績

<b>60,129</b> 件 受け止めた相談	<b>945,465</b> 件 対話メッセージ累計	<b>24</b> / <sub>365</sub> 無料・匿名・人を特定しない
----------------------------	-------------------------------	---

既存みくり(2025年3月開始、monshin.click/mikuri/)を、自治体住民向けにカード経由で届けるモデル。技術基盤は実証済み、運営実績は16ヶ月。

## 🎀 おはようリボン(新サービス) 夜AIから翌朝の保健師へ、同じチャットで引き継ぐ

自殺関連相談の **51.2%** が夜18時～翌2時に集中し、ピーク時刻は夜22時(306件、全Redの8.2%)。一方、自治体窓口の主要稼働時間(9-17時)に発生するのは34.5%。この「夜の頂点」を、翌朝の保健師さんがチャットでそのまま引き継ぐ仕組みが「おはようリボン」です。

<b>14</b> 件/月 人口10万人の市(Basic ¥1,800K)	<b>42</b> 件/月 人口30万人の中核市(Standard ¥2,500K)	<b>不要</b> 連絡先取得 — 完全匿名のまま
--	---	------------------------------

既存みくり16ヶ月ログからの試算。既存みくりの15ヶ月で3,540件、月平均236件のリボンが結ばれていたと想定。自治体規模に応じて5階層プラン(Light ¥800K ~ Enterprise ¥8-12M)。詳細は同梱白書 S5.5(ダイジェスト)または弊社別資料「OHAYO\_RIBBON\_design」をご参照ください。

## データが示した3つの事実 住民の中に、行政が届けられていなかった層がいた

<b>666</b> 名 自殺方法を具体的に書いた人。約70%は精神科通院中、医療の間に孤立する層	<b>266</b> 名 自殺リスクを抱える小中高生(10人に1人)。夜22時に自室で書かれている	<b>26%</b> 単身高齢者の4人に1人が自殺リスク(全体平均6.9%の約4倍)。不登校児では23%
--	--	---

複合課題層 **440名(全 high の 12%)**:教育・母子保健・精神保健・高齢福祉のいずれにも縦割りで収まらない、行政の隙間に落ちる人々。同じ**1枚のカード**で受け止められる。

## 4つの配布シナリオ 既存業務に統合、新規業務はゼロ

### A 教育委員会

#### 「あいだ」カード

入学式・進級時に児童生徒へ。266名の自殺リスクに対応

### B こども家庭

#### 「ふたりで」カード

母子手帳交付時・4ヶ月健診で配布。産後うつ予防

### C 精神保健 ★推奨

#### 標準カード

全住民配布。自殺対策強化交付金10/10で全額補助

### D 地域包括

#### 「そばに」カード

介護保険証発行時・敬老会で配布。26%の自殺リスクに対応

本資料は、上記のうち「Cモデル(全住民・精神保健福祉モデル)」を中心としたご提案とする。地域自殺対策強化交付金は国費10/10で自治体実質負担を最小化できる。

## 期待される効果 KPI と政策的成果

### ① 既存窓口時間外サポート

平日9-17時の窓口では届かない夜の8時間(18時-翌2時、ピーク22時)に対応。住民の「最初の一步」をカバー

### ② 全住民への定期的な認知

カードが財布にあることで、危機の瞬間に「あ、これがあった」と思い出せる

### ③ 自殺対策計画KPIへの貢献

自殺再企図率・専門機関定着率・自殺率の指標改善。匿名集計レポートで効果可視化

### ④ 住民同士の見守り基盤

「これ持っていて」と他者に渡せる。家族・知人が困っている人を見守る仕組みに

## 予算と財源 地域自殺対策強化交付金で実質負担最小化(中規模10万人想定)

項目	金額	備考
カード初期デザイン費	10万円	1回限り(自治体ブランディング)
カード製造費(10万枚)	30万円	1枚約3円×全住民配布
システム初期設定費	140万円	自治体専用LP・ダッシュボード
運用費(月額75万円×6ヶ月)	450万円	住民数無制限・月次レポート
パイロット6ヶ月合計	630万円	地域自殺対策強化交付金(国費10/10)適用可
自治体実質負担	≒0円	交付金採択時。事務費のみ自治体負担

自殺者1名予防の社会的便益(厚労省試算)約2,900万円——投資対効果約3倍

## スケジュール FY2027 本格運用 —— 逆算ロードマップ

<b>2026</b> 7-10月 検討・予算化 庁内協議、FY2027予算編成	<b>2026</b> 11-2月 準備フェーズ 交付金申請・契約・カード設計	<b>2027</b> 3月 カード製造・配布開始 印刷・各窓口で配布スタート	<b>2027</b> 4-9月 パイロット運用 月次レポート・効果検証	<b>2027</b> 10月～ 本格運用判断 継続/拡大の意思決定
---	--	--	---	---

## 4つの絶対的約束 倫理基準と個人情報保護

① 対話の個別内容は自治体に一切共有しない。匿名集計レポートのみ提供

② 配布時に住民の氏名・住所を記録しない。カードIDと個人情報は永遠に紐付けない

③ 住民は使うも使わないも完全自由。利用率での評価は行わない

④ 解約・撤退時には30日以内に全データを完全削除。自治体に何も残さない

倫理委員会(大学専門家3名)月次レビュー実施。既存「みくり」16ヶ月の倫理基準をそのまま継承。

## 想定リスクと対応

リスク	対応
住民の利用率が低い	6ヶ月パイロットで効果検証→継続/撤退判断可。本格契約前にリスクを最小化
カードを捨てられてしまう	デザインを実用品(名刺サイズ・おしゃれ)に。配布時に30秒の説明を窓口スクリプト化
個人情報の取扱	カードIDと個人情報は絶対に紐付けない設計。撤退時30日以内に全削除
既存窓口との競合	「いのちの電話」等とは補完関係。カード裏面に既存窓口番号を併記し誘導

### 提案者:有限会社エムアイエス

代表取締役 三沢 真治  
〒195-0055 東京都町田市三輪緑山2-2-5  
Email: info@miraiza.co.jp

### 協働パートナー:一般社団法人メンタルヘルス協会

詳細版(15ページ・カード仕様・デザイン4種類)もご請求いただければ別途お送りします。