

Vínculo de la vida ～若者の語り場～

＝ 腹を割って話せば、誰かと繋がる ＝

(実施期間) 平成 25 年度

(基金事業メニュー) 強化モデル事業

(実施経費) 400 千円 (400 千円)

(実施主体) NPO 目的のある旅

【事業の背景・必要性・目的】

本市における 10 代から 30 代までの若年世代の自殺者数は、平成 23 年の 32 人を頂点に、10 人台～20 人台で増減を繰り返す横ばいの状態である。

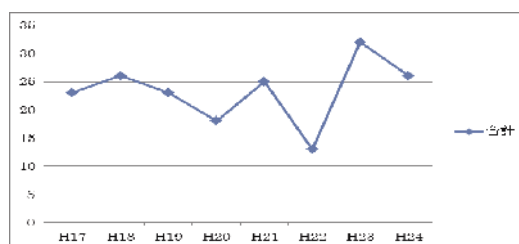
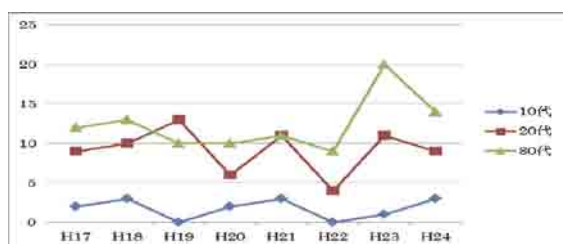
秋田市では、自殺対策として高齢者や働き盛りの年代への働きかけが中心に行われてきたが、30 代以下の若年者への対策は課題の一つとなっている。

NPO 目的のある旅では、上下世代間・同世代間のつながりを持ちづらい社会システムへの移行や、コミュニケーション形態の変化等によって、どこにも居場所や出番がなく、語り合える相手や場も不足し、人間関係の中で孤立して、「自殺のリスク」が高まっているかもしれない若年世代を主な対象として「なんでも本音で語り合える場」を立ち上げることで、本市の若年世代の自殺を食い止める事を目指している。

【地域の特徴・自殺者数の動向】

本市は秋田県の県庁所在地であり、人口は約 320,000 人で、全県人口の約 3 割を占めている。そのうち、10 歳以上 39 歳以下の人口は約 99,000 人で、全市人口の約 3 割を占めている。本市の自殺者数は、平成 18 年の 106 人を境に減少傾向にあり、主に 50 歳以上で減少幅が大きい。39 歳以下では漸増のまま推移していた。特に 30 代の自殺者の多さが際立っていた。

※秋田市若年世代の自殺者数の推移（秋田市の人口動態）



【事業目標 事業内容】

1. 事業目標

- ・「自殺のリスク」が高まっているかもしれない若年世代の人が 1 人でふさぎ込んでしまわぬよう、自分の言いたいことを言えて、それが誰かに受け止められ、共有できる場を提供する。

2. 事業内容

「語り場」の開催

臨床心理士が、ファシリテーターとなり、参加者の自由な意見交換を進める。

- ・開催日 月 1 回、第 2 土曜日の 15 時から 17 時
- ・会場 にぎわい交流館 AU、遊学舎（秋田市内の交流施設）
- ・対象者 職場や学校で自分のあり方や他者との関係等に悩んでいる人。年代は 30 歳代まで。
- ・定員 15 人

【事業実施にあたっての運営体制】

副代表である臨床心理士が語り場のファシリテーターを担当し、広報や他団体との連携、メディア出演は代表が担当している。

【事業の工夫点】

- ・参加者と主宰者の垣根を作らないように心掛けている。具体的には、過度に聞き役に回らない、笑いを大事にする、自分の醜い部分を積極的に見せていく、等である。
- ・会終了後は臨床心理士と45分間のミーティングの時間をもち、内容の振り返りと、頻回の参加者への対応について協議している。
- ・会の内容を、参加者の許可を得て全て録音し、内容を書き起こし、何らかのサインが出ていないか等チェックする。
- ・「語り場」で共有できないことについては個別相談でも対応する。
- ・参加費500円を徴収し、参加者が「場を与えられている」感覚を持たないようにしている。
- ・事業PRのため、メディアへの働きかけに重きを置いた。結果としてNHK、朝日新聞、毎日新聞、秋田魁新報に取り上げられ、エフエム秋田にはマンスリーゲストとして代表が出演中である。

【事業成果、今後の課題、その他特筆すべき点】**1. 事業成果**

平成25年度は12回開催し、10歳代から30歳代までの、延べ74名が参加した。男女別では男59名女25名。10回に渡って参加した人もあった。

語り場で語られたテーマは「会社や日常生活で若い男女が受けている社会的圧力について」「青春時代を振り返ってみて」等で、本音が語れた。

それぞれの参加者に変化が見られ、語り場で仲間ができたことで実際に自殺を思いとどまったケース、職場で昇格したケースがあった。参加当初は化粧もせず整容に気を遣わなかったが、参加を重ねる中で、お洒落をするようになった女性も2名いる。

2. 今後の課題

- ・学生と社会人では悩んでいる内容が共有しにくい場合も多く、10代に特化した語り場の開催等のため、教育機関との連携も模索する。
- ・更なる周知に努め、存在するということだけで安心感を与えるような場にしていきたい。

3. その他

- ・精神科疾患の心理教育、依存症患者の自助グループなど当事者同士の話し合いが、本人のエンパワメントに繋がり問題解決に繋がることは外にも例があり、若年者が心の健康を取り戻す為の手法として期待できると考える。

(問合せ先)	秋田県 秋田市 健康管理課 TEL: 018-883-1180 E-mail: ro-hlhm@city.akita.akita.jp
--------	---