



民間団体の活動に対する 支援について

NPO法人 ライフリンク
代表 清水 康之

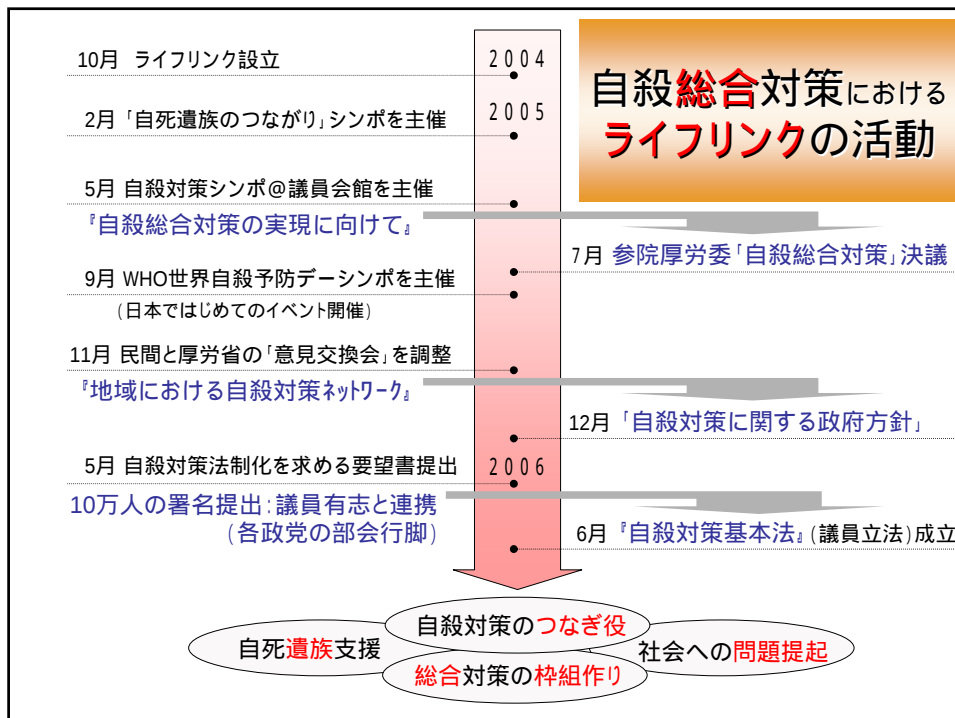


項 目

1. 民間団体の活動(5分野)
2. 自殺総合対策におけるライフリンクの活動
3. 民間団体が共通して抱える課題
4. 地域が民間団体とどう連携するのか
5. 民間団体が必要としている支援策
6. 「官民連携プロジェクト」の提案
7. 関連資料項目

民間団体の活動(5分野)

- 危機介入** → 人に対して: 東京自殺防止センター(東京近郊)
→ 場所に対して: 心に残る文集編集局(福井・東尋坊)
- 相談活動** → 直接面談: 蜘蛛の糸(秋田)、猫次郎研究所(東京)等
→ 電話相談: いのちの電話、東京自殺防止センター等
- 遺族支援**: こころのカフェきょうと、RE:(長崎)、ビックフット(佐賀)
多重債務による自死をなくす会(兵庫)等、約20団体
- つなぎ役・推進役**: ライフリンク(東京) → 次ページ
- 啓発活動** → シンポや講演会の開催など: 様々な民間団体
→ 報道の多くは民間関連: ライフリンクだけで30回/4~6月



民間団体が共通して抱える課題

決定的な資金不足：

→ほとんどが人件費ゼロ、活動費や交通費の自己負担も

人材不足：資金不足で雇えない、関わりたいが関われない

活動拠点（事務所）の確保：資金不足、自殺に対する偏見

情報の発信：マスコミや行政への不信感

行政や専門家など他機関との連携：活動で手一杯、情報不足

自殺対策はまだまだ社会貢献事業として認識されていない。

自殺対策への社会的理解が極めて乏しい中、極めて限られた資源しか持たない民間団体は「やる気」だけを頼りに、過酷な現実と日々向き合っている。

地域が民間とどう連携するのか

【発想のポイント】

- ▼ 国や自治体に代わり、民間団体が自殺総合対策を推進してきた
- ▼ すでに実施されている活動をテコ入れする方が効率的・効果的
- ▼ 現場に近い民間団体の豊富な経験や情報を活かさぬ手はない
- ▼ 民間団体が持つ高いモチベーションは地域対策推進の財産

→ いかにうまく民間団体の活動を
地域対策の中に組み込めるかが鍵

「いのち」の瀬戸際に立つという過酷な現場の活動は、やる気のある人に担ってもらうのが一番。行政としては、それぞれの地域にどういった民間団体の活動があるのかをまず把握し、そうしたやる気のある人たちが、そのやる気を存分に発揮できるよう環境整備（多角的な支援）を行うべきである。

民間団体が必要としている支援策

【資金不足を補うための支援】

- 相談や遺族支援など、自殺対策事業の業務委託
- NPOハウス(廃校舎)などを通しての事務所の提供
- 民間主催の講演や研修会(ファシリテータ養成講座等)への財政支援

【お金のかからない支援】

- 半公的機関としての認証(作業部会、認定NPOの要件緩和等)
- 連携可能な相談窓口をリスト化して配布、官民連携基盤の強化
- 「民間団体=いのちの電話」という単純化された誤解の払拭
- 積極的な情報提供(匿名性を担保した上での警察統計など)

「官民連携プロジェクト」の提案

「自死遺族支援全国キャラバン」プロジェクト

自殺対策基本法の柱のひとつでありながら著しく遅れている自死遺族支援をテーマにしたシンポジウムを、全47都道府県で開催していくオープン・プロジェクト。(官民学から、プロジェクト参加希望者を募ってチームを結成し、全国の自治体や民間団体と連携しながら展開する。)

【4つの目的】

自殺対策(自死遺族支援)の必要性を地域に訴えるため → 啓発活動
全47都道府県で「自死遺族のつどい」の立ち上げの種を撒くため
「自殺で亡くなった1000人の声なき声に耳を傾ける(実態調査)」との連動
官民学の枠を超えた自殺対策関係者の連携基盤作り

- 財政的な支援は要らない
- その代わり「作業部会的機関」としての位置付を強く要望

1. 自殺総合対策の実現に向けて(ライフリンクまとめ)
2. 自殺総合対策の緊急決議(参院厚労委)
3. 地域の自殺対策ネットワーク(ライフリンク提言)
4. 自殺予防に関する政府方針(関係省庁連絡会議)
5. 自殺対策の法制化を求める要望書(ライフリンクまとめ)
6. 「法制化を求める3万人署名」呼びかけ文(同上)

平成 17 年 5 月 30 日 (月)

『 自殺総合対策の実現に向けて 』

～ 自殺対策の現場から「国へ 5 つの提言」～

- ▼ 国として「自殺対策に取り組む意志」を明確に示すこと
- ▼ 効果的な予防策のために「自殺の実態」を調査し把握すること
- ▼ 個人だけでなく「社会を対象とした自殺総合対策」を実施すること
- ▼ 社会全体で自殺対策を行う体制 (それに必要な組織) を作ること
- ▼ 自殺未遂者や自死遺族への支援 (心のケア) を行うこと

【署名参加団体 (順不同)】

日本いのちの電話連盟 (東京)

東京自殺防止センター

親の自殺を語る会 (大阪)

福島自死遺族ケアを考える会 れんげの会

蜘蛛の糸 (秋田)

自殺防止相談所 (福井・東尋坊)

大阪自殺防止センター

遺児支援の会 ビッグフット (佐賀)

あいち自殺対策プロジェクト (愛知)

相談室カンナ (京都)

猫次郎経営研究所 (東京)

自殺対策支援センター ライフリンク (東京)

【問い合わせ】

特定非営利活動法人
自殺対策支援センター ライフリンク
<http://www.lifelink.or.jp>
090-7815-7320

【提言】の趣旨

自殺対策についての考え方をあらためない限り、自殺を減らすことはできない。」

それが、全国の自殺対策の現場で活動している私たちの総意です。

【飽和状態にある自殺対策の現場】

これまでのような民間主導の対策だけでは、深刻化する一途の自殺問題にはとても対応しきれません。なるほど国も、自殺対策の一部であるうつ病対策や自殺についての研究等は行ってきました。しかし、自殺を考えている人からの相談を受けたり、未遂者や自死遺族の心のケアに当たったり、社会全体で行う自殺対策の必要性を訴えてきたのは、実はほとんどがボランティアです。「年間自殺者3万人」という異常事態に、手弁当の自殺対策だけで抗しきれないわけがないのです。

【個人を対象とした対策の限界】

また、これまでのような「自殺する個人」だけを対象とした対策も、すでに限界となっています。現代の自殺の多くは、過労やリストラ、社会的孤立やいじめ等、社会的な要因がその背景にあり、自由意思に基づく行為というよりも「追い込まれての死」であると言われています。自殺に追い込まれていく個人だけを対象とした対策では、つまり“対処療法”にしかならず、「人を自殺に追い込んでいる社会」をも対象とした総合的な自殺対策が、いま必要とされているわけです。

【自殺総合対策の可能性】

WHO（世界保健機関）が明言するように、「自殺は、その大半が防ぐことのできる社会的な問題」です。国を挙げて自殺対策に取り組んだ結果、30%以上も自殺率を下げることに成功したフィンランドの例からも、自殺総合対策の有効性はすでに実証されています。日本でも、そうした取り組みを社会全体で行えば、自殺を減らすことができる - 。

つまり、

自殺対策についての考え方を変えれば、確実に自殺を減らすことができる。」

それもまた、私たちの総意なのです。

なお、この『提言』は、あえて研究者や精神科医等の専門家の意見を基礎とせず、自殺対策の現場での実感を頼りに、私たち自身でまとめました。（名宛人は国となっていますが、決して自殺対策を国任せにしようということではありません。官民を超えて協力していこうという趣旨です。）

日本の自殺対策にいま必要なのは、研究でも検討でも議論でもなく、すでに分かっている「やれること・やるべきこと」をひとつでも多く実行していくことです。こうしている間にも、一日100人近くが自殺で亡くなり、その何倍もの人たちが心に深い傷を負っています。この『提言』が、全国的な自殺総合対策を実現させていくための、確固たる足がかりになればと希望しています。

署名団体代表一同

【5つの提言】

▼国として「自殺対策に取り組む意志」を明確に示すこと

- ・自殺を社会全体の問題として位置づけ、国としてその対策に取り組む決意を示す。
- ・『健康日本 21』の「自殺者を2010年までに2,2000人以下にする」という目標を確認する。
- ・現代の自殺は「追い込まれての死」であり「追い込まれていく命」を見捨ててはならない。
- ・なお、年間自殺者3万人ということは、未遂者は30万人いると推計される。そして、1人の自殺（未遂）によって、遺族や友人など周囲の少なくとも6人が深刻な心理的影響を受けるとされているから、日本全国で毎年180万人以上が「自殺」に苦しめられていることになる。

▼効果的な予防策のために「自殺の実態」を調査し把握すること

- ・自殺の原因について、精神医学的観点のみならず、公衆衛生学的観点、心理学的観点、社会的、文化的、経済的観点等からの多角的な検討を通して、実態の解明に努める。
- ・効果的な予防策のためには、当然のことながら、自殺の実態把握が必要不可欠である。
- ・実態を解明することで、自殺を防ぐための介入ポイントが見えてくる。（どういう人に、どういう場を通して、どういうタイミングで介入すべきか。）
- ・遺族や知人などの関係者には、心理的負担やプライバシーの保護を最大限に考慮しながら、任意での協力を呼びかける。

▼個人だけでなく社会を対象とした自殺総合対策」を実施すること

- ・「自殺対策基本計画（自殺対策全般にわたる総合的な戦略をまとめたもの）」を作成し、その中で、個人を対象とした対策の他に、社会全体を対象とした総合対策にも重点を置く。
- ・職場や学校、地域や家庭など、様々な社会の現場に対して、「そこで自殺が起きるリスク」を減らすための対策を講じていく。（構造的な自殺要因の除去や自殺予防教育等を通して。）
- ・自殺対策先進国のフィンランドでは、「人を自殺に追い込む社会（構造）」に対する総合的な対策を10年掛けて行い、自殺率を30%以上減少させた。（添付資料「自殺は防ぐことができるか？フィンランドの自殺防止プロジェクト」の翻訳・概略版を参照）

▼社会全体で自殺対策を行う体制（それに必要な組織）を作ること

- ・内閣府に、「自殺総合対策センター（会議）」を設置する。
- ・全国の自殺対策を指揮する統括本部として、各関係省庁が個別に行っている（行える）自殺対策を有機的にまとめ上げ、また地方公共団体や民間団体等とも密接に連携をとりながら、社会全体で総合的な自殺対策を行っていくための体制を整える。
- ・平成17年度の自殺予防関連予算（厚労省）は6億4000万円であり、同年の交通安全対策予算（政府全体）は1兆4270億円に上る。（国交省自動車交通局だけでも500億円。）

▼自殺未遂者や自死遺族への支援（心のケア）を行うこと

- ・自殺未遂者の自殺リスクは非常に高いにもかかわらず（既遂者の半数以上は未遂経験があると言われる）、放置されている。心のケアを行うことが直接的な自殺予防につながる。
- ・自死遺族は全国で100万人を超えており、病的悲嘆に進むことも多いとされる重度のショック状態に陥っている人も多い。心のケアは、結果として「自殺による悲しみの連鎖」を減少させるための助けともなり得る。「分かち合いの場」となる遺族の集いを全国各地で立ち上げることが急務。
- ・未遂者や遺族へのケアは、自殺の社会的構造要因の実体把握にもつながる。

【自殺総合対策】の具体事例】

各省庁において、今すぐにでもできる自殺対策」を下記の通り挙げてみました。

□の中にあるのは想定される連携相手（機関）です。省庁間でつながりを持ち、さらに官民でチカラを合わせれば、強力で効果的な「自殺総合対策」を推進することが可能なのです。

【内閣府】 ▼ 「自殺総合対策センター」の設置 → 内閣府 + 関係省庁 + 専門家

・詳細は「5つの提言」に盛り込み済み。）

【総務省】 ▼ 「自殺報道のあり方」についての検討 → 総務省 + 報道各社 + 専門家

- ・自殺報道が社会に与える影響について検証する。（フィンランドなど）
- ・「伝染」や「模倣」による群衆自殺の危険性を検証する。（アメリカなど）
- ・自殺に対する偏見をなくすため公共教育を行う。（イギリス、オーストリアなど）
- ・報道各社が自殺報道に関するガイドラインを作成するための支援を行う

▼ ネット上での「自殺の呼び掛け」に対する介入 → 総務省 + 警察庁 + 民間会社

- ・プロバイダーから個人情報の提供を受けるために必要な法整備を行う。（済）
- ・危機介入をする上で必要な「関係者間での連携体制」を確立する。

▼ 「ネットを活用した自殺予防」の可能性 → 総務省 + 専門家

・『死にたい』という書き込みは、誰かと居たい、死ぬほど苦しい自分の存在を認めて欲しいという気持ちの表れ。そしてそこに、自殺を予防する可能性が秘められている。その時に苦しみを理解してくれる他人に出会うことで、自殺の衝動は癒される。』（東京学芸大学田村毅助教授）

【文科省】 ▼ 学校における自殺予防教育の実施 → 文科省 + 学校 + 専門家 + 民間団体

- ・学校で自殺が起きないような環境作りをする。
- ・もし生徒が「死にたい」と言ったら、、、。その対応を検討しておく。
- ・自殺について教師はどう考え、また生徒にどう伝えるべきか」の検討を行う。
- ・万が一に備えて、専門家との連携体制を確立しておく。

▼ いじめ自殺への対策 → 文科省 + 学校 + 専門家 + 民間団体

- ・いじめ自殺の実態を解明し、防止策を図る。
- ・学校だけで情報を隠蔽しない。

▼ 自死遺児への支援（心のケア） → 文科省 + 学校 + 民間団体

- ・生徒の親が自殺してしまったら、、、。その対応を検討しておく。

▼ ジェンダー学における自殺問題の検討 → 文科省 + 民間団体 + 専門家

- ・自殺者の7割以上が男性」という日本の現実をどう捉えるべきか。

【厚労省】 ▼ 自殺についての実態把握 → 厚労省 + 警察庁 + 専門家 + 民間団体

- ・効果的な予防策を立案するために、実態の把握は必要不可欠である。
- ・現在の調査は予防を前提としたものではなく、実態解明には不十分である。
- ・関係者の協力を得て、予防に役立つような多角的な実態調査が必要である。
- ・特に、公衆衛生の専門家による実態把握と情報分析が重要である。
- ・フィンランドでは協力者（遺族や友人）へ234項目に及ぶ質問調査を実施した。

▼ うつ病対策 → 厚労省 + 医療機関 + 専門家

- ・うつ病は特別な病気ではない」という啓発活動が重要である。
- ・早期発見のため、かかりつけ医や内科医、整形外科医や産業医などと精神科医との連携が重要である。

▼ 労働者のこころのケア → 厚労省 + 民間企業 + 医療機関 + 民間団体

職場における「うつ病に対する理解」の促進が必要である。

▼ 失業者へのこころのケア → 厚労省 + ハローワーク + 専門家 + 民間団体

ハローワーク内で、失業者を対象にした「心のケア相談窓口」を開設すべき。

▼ 自殺未遂者へのケア → 厚労省 + 医療機関 + 民間団体 + 警察庁 + 専門家

救急医療の現場と精神科医との連携体制の確立が必要である。(フランスなど)
自殺未遂者専門病院の設置を検討すべき。(ハンガリー)

▼ 自死遺族へのケア → 厚労省 + 民間団体 + 警察庁 + 専門家

- ・分かち合いの会」に関する情報を収集し、遺族に提供する。
- ・民間が運営する「分かち合いの会」への支援を行う。(公設民営型で)

▼ 自殺対策活動を担う人材の育成 → 厚労省 + 民間団体 + 専門家

研究者だけでなく自殺対策の現場で活動する人」を育成する。

▼ 自殺対策活動を担う民間団体などへの支援 → 厚労省 + 民間団体

自殺対策の現場で活動する団体を支援し、連携を図る。

【警察庁】 ▼ 自殺についての実態調査 → 警察庁 + 厚労省 + 専門家 + 民間団体

▼ 事情聴取時からの遺族ケア → 警察庁 + 厚労省 + 民間団体

- ・事情聴取を行う際に、心理カウンセラーあるいは保健師を同行させる。
- ・できるだけ早い段階から、遺族が心のケアを受けられるようにする。

【経産省 + 法務省 + 金融庁】

▼ 借金自殺対策 → 経産省 + 法務省 + 金融庁 + 警察庁 + 民間団体 + 専門家

連携を取れていれば、もっと早くに借金自殺の実態を解明し、有効な対策を図れていたはず。

【防衛庁】 ▼ 自衛官の自殺対策 → 防衛庁 + 厚労省 + 専門家 + 民間団体

- 組織全体の取り組みとして実態を解明し、防止策を図る。(フィンランドなど)
- 遺された同僚などへの支援(心のケア)を行う

【国交省】 ▼ 電車への飛び込み自殺対策 → 国交省 + 鉄道会社 + 警察庁 + 専門家

実態を解明し、防止策を図る。(イギリスなど)

【その他】

地方公共団体との連携のために、各自治体が「地域の特性に合った自殺対策」を実施できるよう、国が自殺対策の方針を示し、必要な法整備も行い、地域ぐるみで行う対策の仕組み作りを支援していくことが必要である。
・自殺対策の現場で活動する民間団体との連携のために、行政における「自殺対策の窓口」を明確にする必要がある。また民間団体のほとんどが手弁当のボランティアで活動しており、社会全体で自殺対策を充実させていくには、資金難に苦しむ民間団体への財政支援が不可欠である。

【匿名参加団体】 すべてが、自殺対策の「現場」で活動している団体です。

日本いのちの電話連盟 (東京)

<http://www.find-j.jp/>

→ 自殺を考えるなど精神的危機にある人たちのために無料の電話相談を行っている。センターは全国51カ所。

東京自殺防止センター

<http://www1.odn.ne.jp/~ceq16010/>

→ 自殺を考えるなど精神的危機にある人たちのために無料の電話相談を行っている。月一回、「遺族の会」も。

大阪自殺防止センター

<http://www4.osk.3web.ne.jp/~befriend/>

→ 自殺を考えるなど精神的危機にある人たちのために無料の電話相談を行っている。月一回、「遺族の会」も。

親の自殺を語る会 (大阪)

<http://www.sutv.zaq.ne.jp/ckast003/>

→ 子供時代に親を自殺で亡くした人たちが集まって開いている「遺族の会」。カウンセリングスペース「リブ」内。

福島自死遺族ケアを考える会 れんげの会

<http://www.kokorosasae.jp/index.html>

→ 自死遺族同士が互いに気持ちを語り合い、悲嘆を和らげていく助けとなるような「読書会」を開いている。

遺児支援の会 ビッグフット(佐賀)

→ 「佐賀の遺児は佐賀んもんで支えんば」がモットー。あらゆる理由で親を亡くした子供たちを支援している。

蜘蛛の糸 (秋田)

<http://www.akita21.com/kumo/>

→ 全国一自殺率の高い秋田で、倒産に追いやられた経営者の自殺を防ぐため、面談による相談を行っている。

自殺防止相談所 (福井・東尋坊)

<http://kokoronihbike.kt.fc2.com/>

→ 正式名称は、NPO法人「心に響く文集 編集局」。東尋坊で、「語りかけ」による自殺防止活動を行っている。

猫次郎経営研究所 (東京)

<http://www.nekojiro.net/>

→ 多重債務に陥り自殺も考えたことのある代表者が、いま同じ苦しみにある人たちを支援すべく活動している。

相談室カンナ (京都)

<http://web.kyoto-inet.or.jp/people/kinopy/>

→ 子供を自殺で亡くした父親が開いたカウンセリングルーム。職場や学校での悩みなどの相談に乗っている。

あいち自殺対策プロジェクト(愛知)

→ 自殺で親を亡くした中学教師が中心となって活動している。子供たちへ「いのちの授業」などを行っている。

自殺対策支援センター ライフリンク (東京)

<http://www.lifelink.or.jp>

→ 「新しいつながりが、新しい解決力を生む。」がモットー。自殺対策に取り組む全国の団体や個人をリンクさせる(つなぐ)ことで、社会全体での自殺対策を目指している。今回のシンポジウムを企画し、「提言」をまとめた。

自殺に関する総合対策の緊急かつ効果的な推進を求める決議

平成十七年七月十九日
参議院厚生労働委員会

警察庁が公表した「平成十六年中における自殺の概要」によると、我が国では昨年一年間に三万二千三百二十五人が自ら命を絶っており、七年連続で三万人を上回っている。また、人口十万人当たりの自殺死亡率は、我が国では約二十五・三人となっている。欧米の先進諸国と比較すると、我が国の自殺死亡率は突出して高い。さらに、自殺未遂は既遂の十倍以上あると言われており、年間自殺者が三万人を上回るということは、未遂者が三十万人以上いると推計される。また、自殺や自殺未遂により、遺族や友人など周囲の少なくとも数人が深刻な心理的影響を受けるとされており、全国で毎年、百数十万人の人々が自殺問題に苦しんでいることになる。

政府は、平成十三年度から自殺防止対策費を予算化し、相談体制の整備、自殺防止のための啓発、調査研究の推進等の対策に取り組んできた。平成十四年には、自殺防止対策有識者懇談会が「自殺予防に向けての提言」を取りまとめ、包括的な自殺防止活動の必要性を訴えている。しかしながら、その施策が個人を対象とした対症療法的なものに偏っていたこともあり、その後も自殺者数は、なお高い水準にある。

多くの自殺の背景には、過労や倒産、リストラ、社会的孤立やいじめといった社会的な要因があると言われている。我々は、世界保健機関が「自殺は、その多くが防ぐことのできる社会的な問題」であると明言していることを踏まえ、自殺を「自殺する個人」の問題だけに帰すことなく、「自殺する個人を取り巻く社会」に関わる問題として、自殺の予防その他総合的な対策に取り組む必要があると考える。

政府においても、このような認識の下に、これまでの自殺防止関連施策が十分に効果を発揮していない現状を検証し、自殺による死亡者数の減少と自殺死亡率の引下げを図るとともに、自殺した人の遺族や自殺未遂者に対するケアの充実を図るため、次の事項について、緊急かつ積極的に施策を推進することによって、自殺問題に関する総合的な対策を講ずるべきである。

一、政府は、自殺問題に関し、総合的な対策を推進するため、関係府省が一体となってこの問題に取り組む意志を明確にするとともに、対策の実施に当たって総合調整を進める上で必要な体制の確保を図ること。

二、効果的な自殺予防対策を確立するため、自殺問題に関する調査研究や情報収集・発信等を行う拠点機能の強化を図るとともに、自殺の原因について、精神医学的観点のみならず、公衆衛生学的観点、社会的・文化的・経済的観点等からの多角的な検討を行い、自殺の実態の解明に努めること。

三、自殺問題全般にわたる取組の戦略を明らかにし、個人を対象とした対策とともに社会全体を対象とした対策を重点的かつ計画的に策定し、その実施に必要な予算の確保を図ること。

四、情報の収集・発信等を通じ、関係府省が行う対策を支援、促進し、地方公共団体や日夜相談業務等に携わっている民間団体等とも密接に連携を取りながら、総合的な対策を実施していく「自殺予防総合対策センター(仮称)」を設置すること。

五、自殺した人の遺族や自殺リスクの高い自殺未遂者に対する支援については、プライバシーへの配慮を含め、万全を期すこと。その際、全国で百万人を超えと言われる遺族や自殺未遂者に対する心のケアが自殺の社会的・構造的要因の解明や今後の自殺予防に資することの意義についても、十分認識すること。

右決議する。

地域における「自殺対策支援ネットワーク」のモデル案

～効果的かつ効率的な自殺総合対策を目指して～

自殺対策の実践において、自治体の担うべき役割は大きい。

国は、自殺対策における基本戦略の策定を行い、関係機関による連携の枠組みを構築し、そのために必要な法律の整備などを行う。しかし、実際には自治体が、それぞれの地域の特性に応じた自殺対策を立案し、実務的な取り組みを推進していくことになるからである。

自殺という「避けられる死(avoidable death)」から、地域住民の生命の安全をどう守るのか。地域における「自殺対策ネットワーク」のモデル案をここに提示したい。

【自殺対策支援ネットワークとは】

自殺対策支援ネットワークとは、自殺予防(prevention)と危機介入(intervention)、それにアフターケア(post-vention)を、それぞれの地域の特性に合わせて包括的に行うことを目的とした「自殺対策関係者のつながり」のこと。精神科医や弁護士、民間ボランティアや学校関係者、報道関係者や行政担当者など、直接的あるいは間接的に自殺の問題に取り組んでいる人たちをつなぎ合わせ、より効果的かつ効率的な自殺対策の実現を目指すものである。

【地域の自殺対策力をアップさせるには】

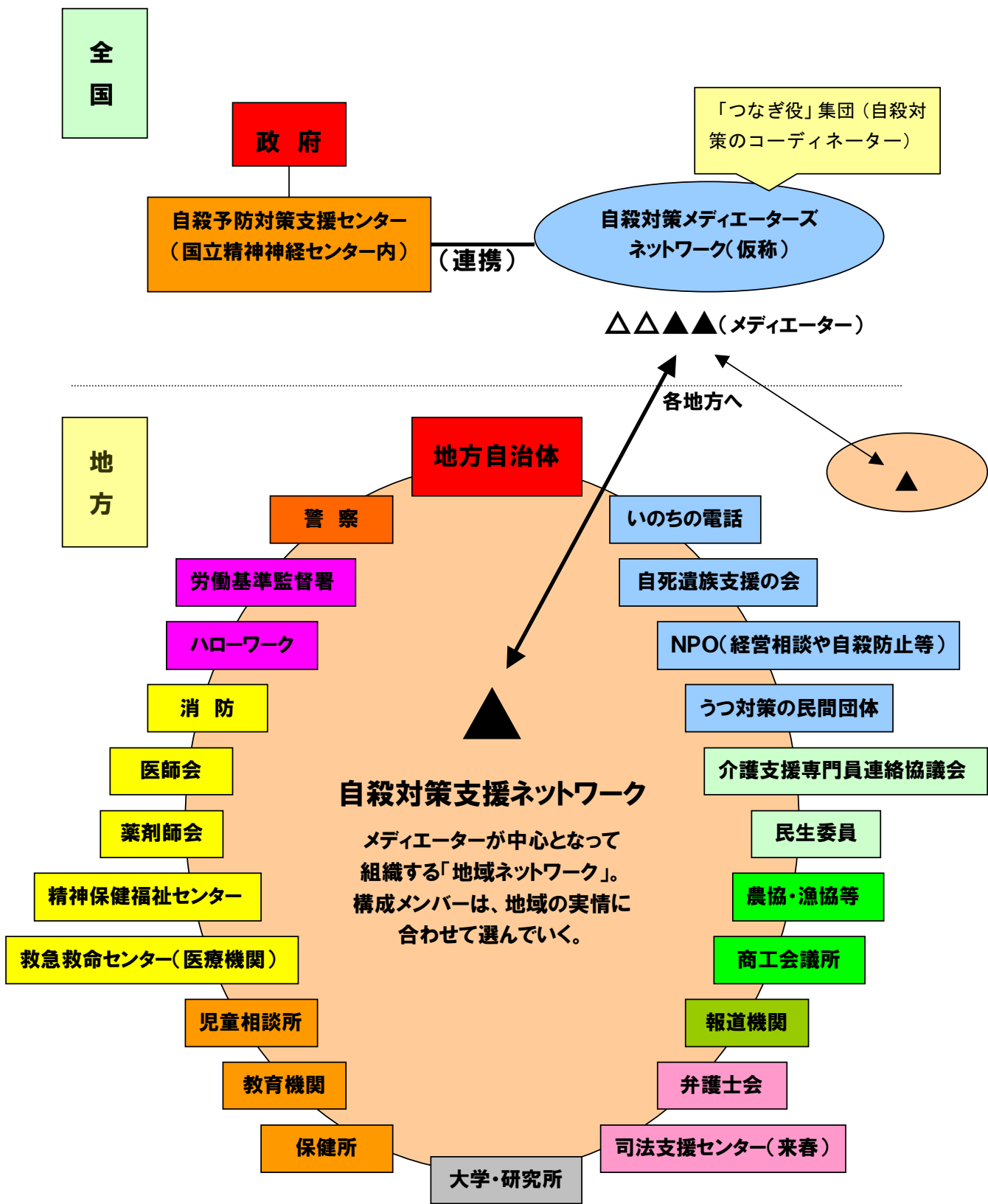
(ネットワークをただ組んだだけでは、地域の自殺対策力はアップしない。ネットワークは健全に機能してはじめて、その力を発揮する。)

①相談窓口を増やしてネットワークを強化する：自殺の要因となる「心の悩み」や「借金」、「DV」や「いじめ」などに関する相談窓口を増やし、地域における相談の間口を広げていく必要がある。そして、どこかの相談窓口に助けの手を伸ばせば相談者が確実に救われることになるよう、相談窓口同士が連携して対応に当たれる体制を築いておく必要がある。そうやって地域におけるセーフティーネットの網を広げ、かつ網の目を細かくしていくべきである。

②メディエーターを置く：メディエーターとは、自殺対策における「つなぎ役(推進役)」のこと。危機介入にしても、遺族支援にしても、自殺対策の活動は非常に過酷であり、みな目の前の活動に手一杯である。構成員が多様になればなるほど硬直化しやすくなるネットワークを常に有機的な状態に保つためには、純粋に「つなぎ役」に徹し、それぞれの構成員と信頼関係を築くことのできるメディエーターの存在が欠かせない。またメディエーターを孤立させないためにも、情報交換などができるメディエーター同士の「つながり」も必要である。

③既存の社会資源を最大限有効活用する：新たに組織を立ち上げるのではなく、すでにある組織にテコ入れをすることで、素早く効率的に活動の幅を広げていく必要がある。

【 図 解 】



【ネットワークの3大メリット】

① 柔軟かつ迅速に「現場のニーズ」に対応できるようになる。

自殺を防ぐために重要なのは、「自分たちに何が出来るか」ではなく、「当事者にとって何が必要か」という発想で対策に当たること。さまざまな分野の専門家が必要に応じて連携できる体制が整っていれば、心理的あるいは物理的な要因が複雑に絡み合っていることの多い自殺の問題にも、柔軟かつ迅速に対応することができるようになる。

② 「支える人」を孤立させないことが現場の問題解決力の強化につながる。

自殺企図者や自死遺族を支える活動というのは、大きな心理的負担を伴う。「支える人」たち同士が互いにつながり合えば、「あの問題のときはあの人に、この問題の時はこの人に」と何かあったときに支え合えるようになる。それぞれが自信を持って活動できるようにもなる。

③ 自殺対策におけるセーフティーネットの網の目が確実に細くなる。

「あの情報を知っていれば自殺せずにすんだのではないか」というようなことが、例えば借金を苦にして亡くなるような人に決して少なくはない。ネットワークを活かすことで、「情報を必要としている人」に、「必要とされている情報」を的確に届けていくことができるようになる。」

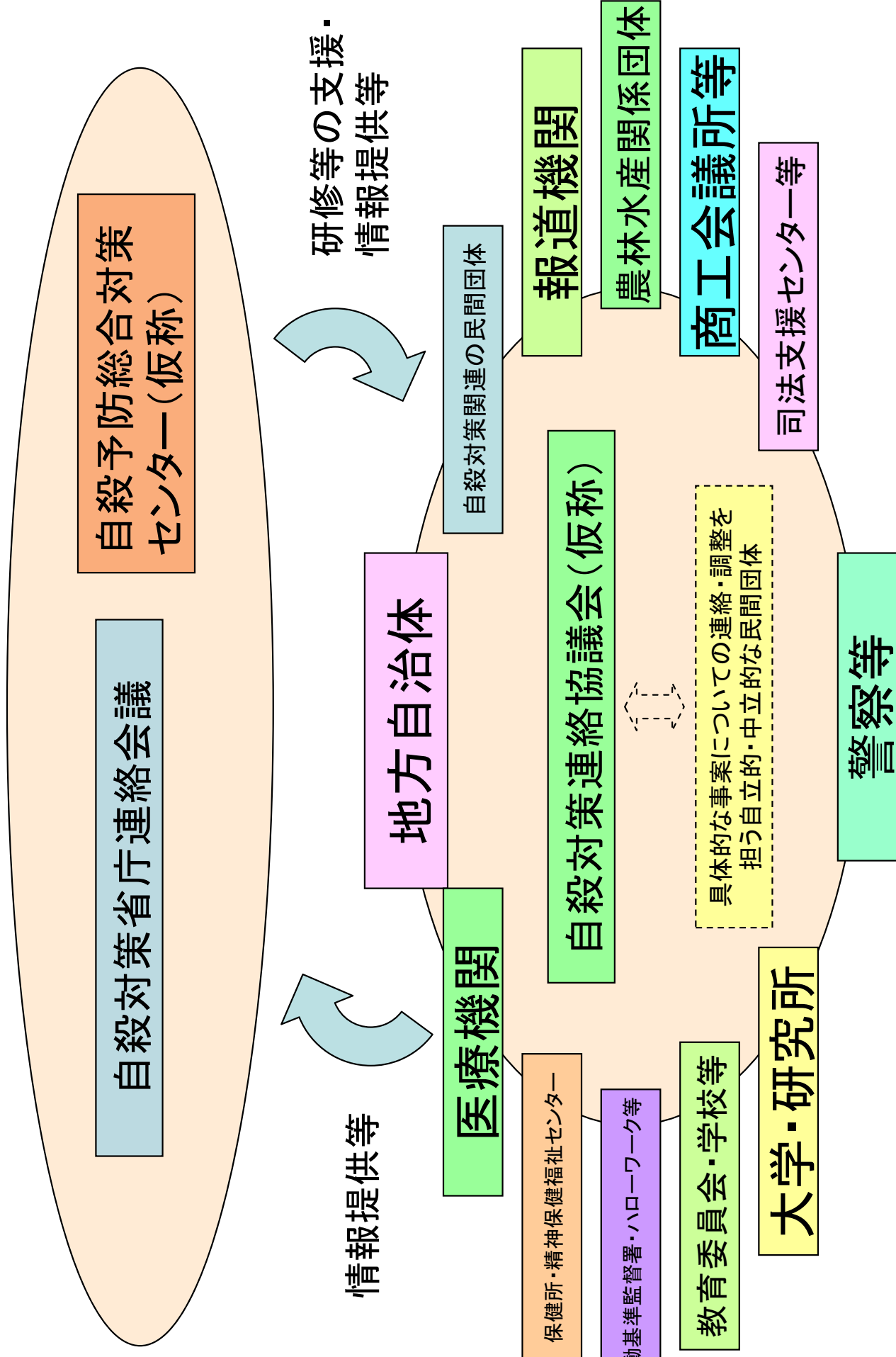
【メリットの具体例】

- ① 例えば、自殺未遂をした人が救急救命センターに運ばれたとする。もしそこに精神科医が連携に入っていれば、未遂者は外科的治療と同時に精神的なケアを受けることができる。さらに自殺の原因が借金だったとしたら、担当医がPSWや弁護士と連携を図ることで、未遂者が自殺した元々の原因までも早期に解決させることができる。
- ② 例えば、いのちの電話に「死にたい」と電話があったとする。じっくりとその悩みに傾聴しつつ、ネットワーク関係者の一覧リストから、DVやいじめ、パワハラや借金など、その人が死にたいと思う根本的な理由を解決させられる専門家を紹介することができる。
- ③ 例えば、ある家族が身内を自殺で亡くしてしまったとする。警察と心理カウンセラーとが連携して現場に赴くことができれば、「事情聴取」と同時に、遺族の心のケアも行っていくことができる。また遺族の会の情報をその時点で提供できれば自死遺族が孤立を深めていく前に支援を始めることができる。同意を得た上で、遺族の話を自殺対策に役立てることもできるようになる。
- ④ 例えば、ある学校の生徒が不幸にも自殺で亡くなったとする。ネットワークがあれば、その生徒のご遺族には警察と心理カウンセラー、遺族の会が、また学校の他の児童や教師たちにはファシリテーターや心理カウンセラーなどが連携してサポートに入ることができる。並行して、報道関係者には不適切な報道を控えるよう、働きかけることもできる。

※なお、「自殺対策支援ネットワーク」は、その形成過程において地域社会作りに大きく貢献するだろう。また他の諸問題を解決する上でも有効なネットワークになっていくはずである。

以上

連携体制イメージ



『自殺防止対策を考える議員有志の会』 殿

『自殺対策の法制化を求める3万人署名』発起人会

西原 由記子(東京自殺防止センター)

杉本 脩子(生と死を考える会)

西田 正弘(あしなが育英会)

清水 康之(ライフリンク)

自殺対策の法制化を求める要望書

私たち、全国の自殺対策の現場で活動する民間団体(22団体)は、実効性のある自殺総合対策を推進させるため自殺対策の法制化をここに要望する。

目指すのは、政府が縦割り行政の弊害を乗り越え、現場が求める対策を政府一体となつて行えるようにすること。官民学が密接に連携を取り、それぞれの得意分野を活かした「実践的な対策」を社会全体で行えるようにすること。全国各地で、それぞれの地域の実情にあった現場が求める対策を、総合的に行えるようにすることである。

そのために、以下の5項目を強く求めたい。

国として自殺対策に取り組む意志を法律で示すこと

効果的な予防策のために「自殺の実態」を調査し把握すること

個人だけでなく「社会を対象とした総合対策」を実施すること

民・官・学が一体となつて対策に取り組める体制を作ること

自殺未遂者や自死遺族への支援(こころのケアなど)を行うこと

(なお、主旨は昨年5月に民間団体有志がまとめた「自殺総合対策の実現に向けて」と同様である。)

【連名団体】(22団体・5月15日現在)

東京自殺防止センター(東京)

蜘蛛の糸(秋田)

りんどうの会(岩手)

ほたるの会(沖縄)

猫次郎研究所(東京)

親の自殺を語る会(大阪)

心に響く文集・編集局(福井)

ライフリンク(東京)

生と死を考える会(東京)

ビックフット(佐賀)

大阪自殺防止センター(大阪)

心といのちを考える会(秋田)

NPO 京都光(京都)

こころのカフェきょうと(京都)

わかちあいの会「風舎」(兵庫)

れんげの会(福島)

あんだんて(埼玉)

リメンバー福岡(福岡)

RE:(長崎)

円覚山安楽寺(東京)

共生支援センター(福岡)

相談室カンナ(京都)

【連絡先】

NPO法人 自殺対策支援センター ライフリンク

電話 & FAX: 03-3261-4934 (代表: 清水)

E-mail: info@lifelink.or.jp HP: <http://www.lifelink.or.jp>

自殺対策を推し進めるため あなたの「声」が必要です。

「3万人署名」に ぜひご協力ください。

【発起人】

西原 由記子(東京自殺防止センター)
杉本 脩子(生と死を考える会)
西田 正弘(あしなが育英会)
清水 康之(自殺対策支援センターライフリンク)

【賛同者】

姜 尚中(東京大学教授)
倉本 美津留(放送作家)
斎藤 友紀雄(日本自殺予防学会)
重松 清(作家)
渋谷 哲也(ジャーナリスト)
瀧本 智行(映画『樹の海』監督)
野田 正彰(関西学院大学教授)
八木 宏之(企業再生屋)

《主 旨》

7年連続「年間自殺者3万人」。

私たちは、この異常事態に一石を投じたいと、自殺対策に取り組んでいます。

しかし、一向に減ることのない自殺者・未遂者・自死遺族への対応を、民間主導で行っていくのはもはや限界です。自殺に追い込まれていく人や家族を自殺で亡くした遺族など、そうした「個人」を対象とした対策だけでは、自殺による悲しみの連鎖を食い止めることはできません。

人々を自殺に追いやっている社会に対して対策を行っていくこと。そうやって自殺問題の根っこにある課題に取り組んでいくこと。国が、「掛け声」だけでなく本腰を入れて「総合的な対策」に取り組んでいくことが、いま求められているのです。

この「3万人署名」は、自殺対策の法制化を求めるために国会へ届けます。

どうか、みなさんも私たちと共に「声」をあげてください。言葉を発することさえできなくなった「3万人」に思いを馳せ、あなたの「声」を署名に託してください。

きっと、その小さな一歩が、この国の自殺対策を大きく前進させていくことになっていくはずです。

【問い合わせ先】

NPO法人 ライフリンク

03-3261-4934

info@lifelink.or.jp

www.lifelink.or.jp

日本の「自殺・自殺対策」の事実

- ◆自殺する人の数は、一日1000人(未遂者含む)。
- ◆自殺率は先進国で最悪。アメリカの2倍、イギリスの3倍。
- ◆自殺対策予算は、交通安全対策予算の1700分の1。
- ◆「自殺は防ぐことのできる社会問題である。」(WHO)

2006年 月 日

衆議院議長 殿

参議院議長 殿

自殺総合対策の推進に向けて

～ 法制化を求める「3万人」からの要望 ～

国として自殺対策に取り組む意志を法律で示すこと
効果的な予防策のために「自殺の実態」を調査し把握すること
個人だけでなく「社会を対象とした総合対策」を実施すること
民・官・行が一体となって対策に取り組める体制を作ること
自殺未遂者や自死遺族への支援（こころのケアなど）を行うこと

【主旨】

年間自殺者 3万人。言葉にしてしまえば、その一言に過ぎません。しかし、実際にはかけがえのない「ひとりひとり」が、私たちと同じように家族や友人や故郷や思い出を持った個々人が、毎年この国では3万人も亡くなっているということです。この事実の重みを受け止めながら、私たちは「3万人分」の署名を集めることにしました。

現代社会の自殺の多くは、実は「追い込まれた末の死」です。ヤミ金や過重労働、リストラや介護疲れ、パワハラやいじめ、倒産やDVなど、社会的な要因に「自ら死を選ばざるを得ない状況」に追いやられた人たちが、多く自殺しているというのが実状なのです。

「社会的に追い込まれた末の自殺」は、社会的な対策を講じることで防ぐことができます。「自殺」を少しでも減らしていくため、そうやって私たち自身にとっても生き心地の良い社会を築いていくため、私たちは国を挙げて自殺対策に取り組んでいこう、ここに強く要望いたします。

第二期締切り：5月20日（最終：5月31日）

氏 名	住 所（都道府県から直筆して下さい。「同上」は無効となります。）

《ご署名いただいた内容は、目的以外に使用いたしません。》

大変ご面倒をお掛けいたしますが、下記の送付先までご郵送くださりますようお願い申し上げます。

【連絡先（点線を切ると宛名ラベルとしてお使い戴けます）】

NPO法人 自殺対策支援センター ライフリンク

電話：03-3261-4934

E-mail: info@lifelink.or.jp HP: http://www.lifelink.or.jp

〒102-0071

東京都千代田区富士見2-10-17-202

NPO法人 ライフリンク 宛



自死遺族支援総合対策

～ 支援策のフレームワークを考える～

NPO法人 ライフリンク
代表 清水 康之



項 目

1. 自死遺族支援のフレームワーク
2. 個) 自死遺族の痛みを理解する
3. 個) 人間の回復力を信頼する
4. グ) 回復できる場をどう作るか
5. 地) 遺族一人ひとりへの支援
6. 地) グループへの支援
7. 自殺総合対策における遺族支援

自死遺族支援のフレームワーク

「自殺対策基本法の柱のひとつ」として自死遺族支援を考える際には、支援策を3つのレベルに分けて考える必要がある。
 個のレベル、 グループのレベル、 地域のレベルである。

【支援策における レベル】

個のレベル：自死遺族が必要としている「支援」とは何か

グループのレベル：個々人が「回復する場」に必要な要件とは

地域のレベル：地域（社会）が、個・グループへ何をできるか

個) 自死遺族の痛みを理解する

- 1) 自死遺族が抱えている「痛み」は、極めて人間的なものであり、それぞれに個性があることを、まず理解すること
- 2) 人が大切な人を自殺で亡くした時に抱く感情は個性的で、“自死遺族の痛み”として安易に一括りにはしないこと（これは、自殺を特異な死としてタブー視しないということでもある。）
- 3) 「痛み」が個性的であることを踏まえた上で、 はじめて共通点に目を向ける。
- 4) 悲しさ、寂しさ、疑問、怒り、恐怖、自責の念など。さらに特徴的なのが「社会の偏見」に対する怯えが強くあり、そのため体験を自ら物語ることができず苦しんでいる人が多いということ。

個) 人間の回復力を信頼する

→ 「人間の回復力」とは・・・

どれだけ辛い体験をしようとも、その体験について繰り返し語ること、人生という物語を紡ぎ直していくことで、辛い体験をもやがて自分の過去として受け入れられるようになっていくチカラのこと

社会的抑圧から解放されれば「回復力」は発揮される

→ 自死遺族は、「自殺は弱い人間のすること」といった一般化された物語を、無言の圧力によって押し付けられている

→ そうやって個性的な“痛み”を物語れずに「回復力」を発揮できずにいる

自死遺族が「回復力」を発揮しやすい環境を、

いかに整えることができるかが鍵となる

→ 自死遺族が必要としているのは、「治療」ではなく、回復するための「場」である

グ) 「回復できる場」をいかに作るか

「回復できる場」の代表的なものが、**自死遺族同士**が集まり体験を語りあえる「分かち合いの場」ある

そこでは、自死遺族は**誰からも批判されることなく、**
また一般化された**物語を押し付けられることもなく、**
安心して自らの体験と向き合うことができる

【遺族支援の「そもそも論」】

自死遺族が社会の中で体験を語れないということは、見方を変えれば、私たちが語れないようにさせているということでもある。社会が遺族の足を引っばっているのなら、社会が回復できる場所を作っていくべきである。→ 第18条

地) 遺族一人ひとりへの支援

地域（社会）レベルの自死遺族支援は、
自殺対策基本法が求めるレベルでもある

自死遺族が孤立しないようにするための支援

- 警察・僧侶などが、遺族を孤立させないために遺族支援の情報（クリアファイル）を手渡す
- 遺族がいつでも相談できる支援窓口（受け皿）を開設する（HPも活用）

孤立してしまっている自死遺族への支援

- マスコミや行政の広報誌を通して、遺族支援の必要性を訴えると同時に、支援窓口を広く伝える
- 地域ネットワークを立ち上げて、連携しながらサポートする（弁護士、保健師、教師、葬儀屋、行政、警察、民間団体など）

地) グループへの支援

「自死遺族のつどい」の設立・運営への支援

行政がやるべきこと：

- 財政的な支援
- 会場（月一度）の確保
- 設立のきっかけ作り（シンポジウムの開催など）
- 広報面での支援
- 医療面での後方支援（精神保健福祉センター）

ライフリンクがやっていること：

- ファシリテーターの派遣・養成
- 情報提供と、情報の共有化（紹介しあえるよう）
- 広報面での支援
- シンポジウム等の開催（全国キャラバン）

自殺総合対策における遺族支援

自殺総合対策とは「地域づくり・社会づくり」でもある。そのことを念頭におきながら、自殺に対する誤解・偏見を払拭するための「啓発的アプローチ」と、自死遺族が安心して悲しむことのできる（回復することのできる）場を提供する等の「実務的アプローチ」と、その両面から自死遺族への支援を社会全体で推進していく必要がある。

ライフリンクでは、両面から行う自死遺族支援の具体策として「自死遺族支援全国キャラバン」を提案中

「自死遺族のつどい」運営について

～ 分かち合い5原則とファシリテータの役割～

ライフリンク(あんだんて)
西田 正弘

項 目

1. 「自死遺族のつどい」とは
2. 分かち合いにおける5原則
3. ファシリテーターの役割
4. 安定的な運営へのポイント
5. 「つどい」の声を対策につなげる
6. ファシリテーター養成講座
7. ガイドライン作成へ

「自死遺族のつどい」とは

【定義】

自死遺族が安心して自らの痛みと向き合うことのできる
「分かち合いの場」を提供し、そこにつどう一人ひとりが
それぞれのペースで回復していくことを支えるグループ

あえて「自死遺族の会」と呼ばないのは、分かち合いに参加する遺族が自らの意思で自由に参加できるようにするため。
会員・非会員といった区分を作らないことが重要であるため。

分かち合いの5原則

分かち合いは、遺族がただ集まるだけでできるものではない。そこで一人ひとりが自らの痛みと向き合うためには、最低限守らなければならない5つのルールがある。
(なお、「分かち合い」は、決して「治療」ではない。)

安心できる空間・安全な場でなければならない
遺族一人ひとりの主導権を奪ってはならない(1stルール)
他者の痛みを評価・アドバイスしてはならない
故人との関係性の物語を紡いでいけるようにすること
「卒業」を前提とすること(「里帰り」もできる)

ファシリテーターの役割

「分かち合いの場」を適切に管理するというのが、ファシリテーターの一義的な役割。カウンセラーや医師などと違い、「人」だけではなく「場」に対して働きかけるのが特徴。

【ファシリテーターに求められる資質】

遺族一人ひとりの回復力を信頼・尊重することができる
「つどい」を卒業するのが遺族の目的だと理解している
他者の枠組みで物事を考えることができる
社会的資源を、時と場合により柔軟に活用できる など

安定的な運営へのポイント

仲間（気持ちや目的を同じくする人）を募る
 → 「支える人」同士が支えあえるグループをつくる
 自治体や専門家、他の相談窓口等との連携体制を築く
 → 自治体に会場確保や広報面での協力を得る
 → 精神保健福祉センターに医療面での後方支援を依頼
 → マスコミに理解してもらった上で広報してもらう
 定期的なスタッフ研修を通して、自己検証を図る
 → ライフリンクの「ファシリテータ養成講座」等
 → 「自死遺族支援ガイドライン」を活用する等

つどいの声を対策につなげる

「分かち合いの場」で語られる遺族の声に耳を傾けることで、自殺対策のヒントが見えてくることがある。
 あくまでも一人ひとりの主導権を奪わない形で、かつ対策に活かしても構わないという本人の了解を得た上で、「分かち合いの場」で語られた体験を対策へとつなげていくこと。
 それが、自死遺族の体験を社会化させることとなり、回復のプロセスを前に進めることにつながる可能性もある。

自死遺族支援と実態調査とは密接不可分であるが、しかし調査が先行するようなことがあってはならない。『自殺対策基本法』第七条に「自殺対策の実施に当たっては、自殺者及び自殺未遂者並びにそれらの者の親族等の名誉及び生活の平穏に十分配慮し、いやしくもこれらを不当に侵害することのないようにしなければならない」とあることを重く受け止めること。

ファシリテーター養成講座

【基本コースは2日間】

自死遺族支援の理念(そもそも論)への理解

自死遺族の悲しみ・痛みへの理解

「分かち合いの場」の構成要素を知る

ファシリテーターに求められる資質への理解

社会的機関との「つながり方」を学ぶ

グループワーク(実践)を通して「場作り」を体感

ガイドライン作成へ

今年6月に全国配布する予定で現在作成中

【主な項目】

自殺総合対策における自死遺族支援の位置づけとは

自死遺族支援の基本理念「そもそも論」とは

自死遺族の感情・悲しみ・痛みについて

「自死遺族のつどい」立ち上げまでのプロセス

「自死遺族のつどい」具体的な進行(声かけなど)

「自死遺族のつどい」運営のポイント

具体的な実践例 長崎「RE:」

具体的な実践例 京都「こころのカフェきょうと」

具体的な実践例 埼玉「あんだんて」 など



自殺予防対策調査

～「1000人の声なき声」に耳を傾ける～

NPO法人 ライフリンク
代表 清水 康之



項 目

1. 自殺予防対策調査とは
2. 調査の根拠は「基本法」
3. 調査から介入までのプロセス
4. 自殺予防対策調査チーム
5. 調査の理念「死から学ぶ」
6. 調査の手法
7. 調査項目の検討
8. 自死遺族ケアを前提に

自殺予防対策調査とは

この3年間に自殺で亡くなった1000人について、そのおひとりおひとりが自殺に至った背景を、特に社会的要因に焦点を当てながら明らかにするための自殺実態調査。

法律や医療、介護や労働など、様々な分野の専門家と自死遺族や遺族支援団体などがメンバーとなって「自殺予防対策調査チーム」を作り、調査項目の策定および調査結果の解析を、多角的な視点から共同で行っていく。

司法捜査や心理的剖検とは、この調査の対象が自殺で亡くなった「個人」ではなく、人を自殺に追い込んでいる「社会」であるという点において決定的に違う。

調査の根拠は「基本法」

【第二条一項】

自殺対策は、自殺が個人的な問題としてのみとらえられるべきものではなく、その背景に様々な社会的な要因があることを踏まえ、社会的な取組として実施されなければならない。

【第二条二項】

自殺対策は、自殺が多様かつ複合的な原因及び背景を有するものであることを踏まえ、単に精神保健的観点からのみならず、自殺の実態に即して実施されるようにしなければならない。



人を自殺に追い詰めている様々な「社会的要因」を解明するための調査が必要だと暗に謳っている。

調査から介入までのプロセス

日本では、どういう人たちが、どういう理由で、いつ、どこで、どうやって自殺しているのか・自殺に追い詰められて亡くなっているのかを浮き彫りにする。

日本の「自殺」の実態を立体的に浮かび上がらせる。

その実態に対して、どういう専門家が、どのような手段で、いつ、どこ・誰・何に対して、どうやって介入していけばいいのか。実社会に潜んでいる対策介入点を選定する。

介入点を整理・統合し、総合的な対策として、専門家同士が連携をとりながら一斉に介入。水際対応の「守りの自殺対策」から、要因解消の「攻めの自殺対策」へ。

自殺予防対策調査チーム

調査の実施責任者：調査の推進役を担う

多分野の専門家で組織： 15～20名が適当か

行政、警察、法律、労働、金融、経営、医療、介護、福祉、教育、地域、家族、ジェンダー、NPO(自死遺族支援団体など)

内閣府直属？ 第三者機関？：警察情報の活用を前提に

調査は、各地域ごとに地域特性を踏まえて、また各分野ごとにクロスセクションで行うのが理想的

調査の手法

【自死遺族の協力を得る方法】

直接ご遺族に協力を呼びかける

- 警察から**クリアファイル**を手渡してもらう
- **アンケート**に応えてくれた遺族に連絡をする
- 実態調査のことを報道を通して**広く社会に伝える**

間接的にご遺族に協力を呼びかける

- **弁護士や医療関係者から紹介**してもらう
- 「**自死遺族のつどい**」を通して**紹介**してもらう

ご遺族から**亡くなられた方の関係者**を紹介してもらう

重要なのは、**社会の理解・遺族の共感**を得ながら進めること。
途中経過を公表するなどして、**社会的関心**を喚起する工夫も必要。

調査項目の検討

【**二段階式**にする】

第一段階では、**幅広い分野**からなる「**共通項目**」を使い、分類する。

第二段階では、**分類された分野に特化**した「**専門項目**」を使い、掘り下げる。→「何を聞くか」によって、当然「**解明できるもの**」が違ってくる。

【**警察との連携**】

自殺実態をより正確に把握するため、「**警察調査**」と「**予防対策調査**」とを**連動**させる。

現在再検討中の「**警察の調査項目**」との**整合性**を図る。

警察から**自死遺族にクリアファイル**を渡してもらう際の「**声のかけ方・接し方**」などについての**研修**（**警察官、警察署長などへ**）を行う。

自死遺族ケアを前提に

調査への協力を呼びかける際、「実態把握」という目的を決して誤魔化さないこと。

しかし、結果的には遺族ケアにもなるような調査の実施体制を全力で整備すること。（支援体制を並行して整えていく。）

「自死遺族のつどい」との連携の下で行うこと。

自殺の実態を明らかにし、誤解や偏見を払拭することが、自死遺族ケアの実践になる。

【支援体制】

→ 全国の自治体およびNPOと連携をして、**全都道府県に「自死遺族のつどい」**を立ち上げる。

→ 自死遺族向けの**24時間体制の「電話相談窓口」**を開設する。**社会全体で自死遺族支援に乗り出すことが協力を得るための最大の近道。**

調査の理念「死から学ぶ」

自殺で亡くなった方々の「声なき声」に耳を傾け、
「生き心地の良い社会」を築くための基礎とする。

“We speak for the dead to protect the living.”

（オーストラリア・ビクトリア法医学研究所）

「自殺」は、あらゆる社会問題が深刻化した末に起きるものであるから、その実態を解明し、有効な対策を立案・実践することで様々な社会問題の解決に当たれる。（→ 自殺予防の可能性）

「自殺」の実態を解明することで、「自殺＝身勝手な死」などの誤解・偏見を払拭することができる。（→ 自死遺族ケアの可能性）