

**LIFE LINK**  
 N P O 法人  
**自殺対策支援センター ライフリンク**  
 〒102-0071 東京都千代田区富士見2-10-17  
 戸田ビル2F2 Tel:03FAX: 03-5291-4994  
 HP: <http://www.lifelink.or.jp>  
 代表 清水 康之

ライフリンク通信 創刊拡大号

2005平成17年8月11日

編集責任者 岩見琢郎

# 自殺総合対策 5つの提言

## シンポが山を動かした

『自殺総合対策の実現に向けて』(5月日・第2回シンポジウムで発表)が、ついに国を動かした。7月19日に開かれた参院厚生労働委員会で、『提言』を基にして作られた「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」が全会一致で採択され、政府側も、決議に伴う岸宏一同委員長の質問に尾辻厚生労働大臣らが答弁する形で、「自殺総合対策に政府一体となって取り組む意志」を明確に示したのである。

具体的には、内閣官房副長官の下に、厚労、文科科学、総務、警察など関係省庁の局長クラスによ

# 「国が総合対策」参院委決議

ライフリンクがまとめた提言、参院議院協議を設置し、また自殺対策の拠点として「自殺予防総合対策センター」(仮称)を新たに立ち上げ、地域の行政機関やNPO(民間の非営利組織)と連携して全国的なネットワークづくりをめ

個人より社会全体の  
問題と位置づけ

これまで「個人の問題」とされ



一般参加者も含め200人を超えた参院議員会館のシンポ会場。中央は挨拶をする尾辻厚労相

### 『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

(提言の全文と署名参加団体名3～5面。シンポジウムの内容10、11面に)

ライフリンクは5月30日、東京・永田町の参議院議員会館で「自殺を防ぐために、いま私たちにできることは」と題して、シンポジウムを開き、民間12団体でまとめた「国に対する5項目の提言」を発表した。

## 「自殺総合対策のグランドデザイン」を考える

9月10日 ライフリンク緊急フォーラム開催

(記事2面に)

てきた自殺が、ようやく「社会全体の問題」として、これで位置づけられるようになる。7年連続して年間自殺者が3万人を超えるという異常事態の中にあつて、ようやく自殺総合対策の実現に向けた一歩が踏み出される。

参院厚労委の「決議」はその前文で、自殺を「個人の問題に帰すことなく社会にかかわる問題」と位置づけた上で、政府のこれまでの取り組みが十分に効果を上げていないことを指摘。5項目に及ぶ自殺総合対策についての施策提言を行い、自殺を「自殺する個人を取り巻く社会」に関わる問題として、その予防および遺族支援などを含めた総合対策を緊急かつ積極的に推進させていくことを政府に強く要請している。

この「決議」には、ライフリンクが「自殺総合対策の実現に向けて」の中で提言した5項目がそのまま採り入れられており、実質的にはライフリンクの『提言』が政府にまで届いたことになるわけだ。今後は、これが「言いっ放し」になってしまわぬよう、自殺対策の現場から国に対して、説得力のある具体策を提示し続けていくことが求められていく。

(参院委決議の内容2面に)

ライフリンクは、9月10日(土)に「世界自殺予防デー」緊急フォーラム(仮称)を開催します。フォーラムが目指すのは、現場で自殺対策に取り組んでいる人たち(官民を問わず)が、みんなで共有できる「自殺総合対策のグランドデザイン(全体構想)」の構築つまり、これまで日本の自殺対策に決定的に欠けていたものを作り上げることです。私たちとしては、政府の意思表示を掛け声だけに終わらせないためにも、自らが率先して自殺対策のグランドデザインを提示していく必要があると考えた次第です。

これまでのように、それぞれの団体や組織が個別に自殺対策に取り組んでいく時代はもう終わりです。みんなで共有できる「自殺総合対策のグランドデザイン」を構築し、その下で必要に応じて柔軟に連携・つながり合いながら、具体的かつ包括的な自殺対策を実現させていきましょう。

9月10日の「世界自殺予防デー」緊急フォーラムは、そのための確固たる足掛かりにしていきたいと考えています。自殺対策の現場で活動しているみなさんの参加をお

## 自殺対策の現場で共有できる「日本の総合対策」を

—9.10緊急フォーラム—

待ちしております。

代表 清水康之

日時・ 9月10日(土)

場所・ 東京・渋谷(折衝中)

協賛・ WHO(世界保健機関) に申請中

後援・ ジョンソン&ジョンソン、他

主な参加者・ 本橋豊さん(秋田大学教授)・ 山本孝史さん(参議院議員)・ 厚生労働省自殺対策担当(交渉中)・ フィンランド自殺対策担当(交渉中)・ アメリカ自死遺族ネットワーク関係者(交渉中)、他

なお、これは7月19日の参院厚生労働部「決議」を受けて急遽企画した「緊急フォーラム」のため、詳細については未定です。ただし、今回の参加者については「実際に自殺対策の現場で活動されている方」に限定させていただきます(会場の関係上)。参加を希望される方は、下記の連絡先までお問い合わせ下さい。

電話：090-7815-7320  
メール：info@lifelink.or.jp

日本ではあまり知られていませんが、9月10日はWHO(世界保健機関)が定める「世界自殺予防デー」です。「自殺は防ぐ」という公衆衛生上の社会問題である」という共通認識の下、去年は世界27か国で自殺対策に関する様々なイベントが行われ、今年も数多くが予定されています。

【参院厚生労働委員会「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」】  
前文(省略)

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つてこの問題に取り組む意志を明確にするとともに、対策の実施に当たつ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も

もし「あの一言」がなかったら、と思うことがある。5月シンポの打合せ中に、参院厚生労働委員会の山本孝史議員(民主党)が言つたひと言。

「それは違つよ、清水さん。『援護射撃』をするのは私たちの方です。清水さんたちが挙げてくれる声を、どうやって具体化し、実現させていくのか。そこをやるのが私たちの仕事です」

これは、国会で自殺対策推進のために奮闘してきた山本さんに、私が「自殺対策の現場から山本さんへの『援護射撃』をやりますから、決議のことも頑張つて下さい。」と声を掛けたことに対して、山本さんの言葉だった。

それまで、山本さんが率いる民主党「自殺予防対策ワーキングチーム」のスキームにケチをつける

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

ばかりだった私は、このひと言によって、遅ればせながら自分の立場・やるべきことに気付いた。シンポに尾辻厚労大臣を引っぱり出そうと、山本さんが懸命に努力してくれていることも知っていたから、私は主催者としてシンポの中心をもっと完成度の高いものにしようと、それで国への『提言』を急ぎよまとめることにした。それが『自殺総合対策の実現に向けて』であり、政府を動かす原



シンポで挨拶する山本議員

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る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。

動力となつた国民の声である。これを、実際に決議などの具体的な形にまで昇華させてくれた山本さんには、本当に感謝と敬意しかない。国会の中にこれほど真摯に社会のことを考えて行動してくれる政治家がいることは、現場で活動する者にとつて実に心強い。

自死遺児たちの貢献にも触れておく。ライフリンクは、彼らの意志を引き継いで自殺対策の取り組みを始めた。自殺に対する偏見に怯えながらも、彼らが「自殺についてもっと真剣に考えて欲しい」と社会に呼びかけた、あの4年前の勇氣ある行動がなければライフリンクは存在しなかつたし、今回の国の動きだつてなかつただろう。だから彼らに報告したい。「君たちの声に、いま大人たちが動き始めていますよ。待たせたね」と。

## 『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」～

## 【「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達の総意です。

## 【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換えれば、確実に自殺を減らすことができる」。

それもまた、私達の総意なのです。

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、私達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。

平成17年5月30日 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)」に対しての総合的な対策を10年掛けて行い、自殺率を30%以上減少させた。

<4ページへ続く>

## ▼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、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。下線の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

【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」による群発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に環境作りをする。 ・「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、整形外科医や産科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。 < 5ページへ続く >

▼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、有効な対策を図っていたはず。

【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。

【署名参加団体】 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)

<http://www.blog.livedoor.jp/bigfoot1998/>

「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。今回のシンポジウムを企画し、「提言」をまとめた。

ライフリンクは「つながりNPOです」

# 新しいつながりが 新しい解決力を生む

## 【わたしたちのモットー】

新しいつながりが新しい解決力を生む  
ライフリンクは、自殺という現象を

## 【わたしたちの理念】

いのちが尊いものだから、は、もう過去のことなのではないか。1日に90人、毎年3万人を超える人たちが、この国のどこかで自殺で亡くなっているにもかかわらず、かわらぬ、まるで何もなかったかのように日常が過ぎていくのはなぜなのでしょう。自殺は個人の問題だと、いまだにそう考えられているからでしょうか。社会から居場所を奪われたり、組織から過度な負担を背負わされたりして、心身共に追い詰められて自殺していき、人が多いう理窟が、社会にはまだ知られていない、うことなのではないか。いすれにしても、私たちが、これだけたくさんの人たちが、自らのいのちを燃やしていく

代社会の課題と向き合うためには、「新しい解決力」が必要だと考えています。「解決力」とは、状況の変化に応じた対策を社会の現場で構築し

または絶たなければならないこの社会状況に、大きな違和感を覚えます。「年間自殺者3万人」という異常事態が顕微鏡化し始めていること、その顕微鏡に、大きな危機感を覚えます。

自殺は、自殺しようとしている本人や家族だけで防ぐのは、極めて困難なものです。しかし社会的な対策を行うことで多くの自殺を防ぐことは、諸外国の事例が実証しています。

ライフリンクは「違和感」や「危機感」を忘れることなく、声として発し続けていきます。そしてそうした感覚を私試するために、自ら主体的に行動もしています。

「ライフリンク」という名前のおと、つながること、いのちを守る、と広く連帯を呼びかけながら、自殺対策に取り組んでいく決意です。

ながら、問題を解決に導いていくチカラです。従来の解決策のように、ある問題を固定化して捉えたうえで作り出される政策とは違う、新しい概念です。

社会のさまざまな現場で問題の存在を感じ取った人たちが、立場や組織の枠を超えてオープンに築き上げていく新しいつながりは、柔軟性を備えた粘り強い解決力

# いのちを守るつながりと行動

## 【わたしたちの活動】

自殺対策には、大きく三つの段階があります。

自殺が生ずる前に対策を講じて予防につなげる「自殺予防(suicidion prevention)」と、いまだに生じつつある自殺の危機に介入して防止する「危機介入(intervention)」。それに、未遂者や遺族に対してケアや支援を行う「アフターケア(post-care)」です。

自殺対策を行う団体としては、いすれかの段階に特化して活動するのが一般的なのですが、ライフリンクは敢えて、そうしない道を選びました。代わりに、以下の三つの方針を活動の軸に据えて、自殺対策に取り組んでいます。

## 「自殺対策の土壌」を耕します

いくらか種を蒔いても、土壌が耕されていなければ芽は出ません。

自殺対策が社会に浸透しないのは、「自殺は身勝手な死」「個人の死」「死にたいから死にたい」「死ねばいい」という考え方が

シソボジウムも参加型、第1回第3部ではグループの策を得て行いました。(マスコミの取材はグループを限定し、グループの策を得て行いました)



シソボジウム準備のプロジェクト会議は、土曜午後、長時間に及んだ。

を生み出します。ライフリンクは、「新しいつながり」を積極的に求めながら、自殺対策における「新しい解決力」を自指しています。

NPO法人自殺対策支援センター「ライフリンク」は、自殺で親を亡くした子どもたち(自死遺児)の活動を受け継ぐカチ子で、2004年10月15日発足しました。



シンポで会の理念を話す清水代表

が社会に根強くあるからです。自殺対策の土壌は荒れ果てたまま、種を蒔いても芽が出ない状況にはないのです。

ライフリンクは、自殺が「社会の構造や価値観の問題」であることを、さまざまな角度から実証すること、土壌を耕していくことを、自殺の意義を説明することで、社会的な対策の必要性を喚起していきます。

- プロジェクト別検討会(を含む)
- 自殺遺族のつながり作り
- 「遺族の会」の立ち上げ 支援
- 自殺対策関係者のつながり作り
- 自殺対策に関するデータベース作り など

## 「つながり(リンク)」を作り出します

自殺はタテマに視される傾向が強く、自殺対策も往々にして閉鎖的になりがちです。それぞれの組織や団体は、横のつながりをもつことなく単独で活動しているため、自殺対策に関する経験や知識が蓄積し共有されることもありません。

ライフリンクは、自殺対策をより効果的なものにしていくために、関係者間の「つながり」を果たしていきま。これまで閉鎖的になりがちだった自殺対策を、よりオープンにして活性化させ、実りある活動に担っていく。

シソボジウム準備のプロジェクト会議は、土曜午後、長時間に及んだ。とつたともオープンで流動性の高いものです。そのため、ライフリンクの活動には、個人が都合に合わせて参加できます。プロジェクト

た。子どもたちが自殺に対する偏見に怯えながらも、自らの胸の内を語ることで、「自殺についてもっと真剣に考えて欲しい」と社会に呼びかけた。その勇気に心動かされた大人たちが第1人となっていました。

彼女がチカラを振り絞って投げつけてくれた「勇」を、大人としてどう受け止めていくのか。私たちの出した答えが、ライフリンクでした。

1998年以來7年連続で、自殺者が年間3万人を超え、04年には3万4000人にも達しています。この事態を重大な社会問題として、社会全体で解決策を模索し、移ろっていくのが、わたしたちのねらいです。

発起人代表 清水 康之  
副代表 西田 正弘  
鈴木 七沖

- プロジェクト別検討会(を含む)
- シソボジウムや講演会の開催
- 自殺に関する意識調査の実施
- 「フィラメント自殺対策」の翻訳、検証
- 個人保証制度と自殺の関連の検証 など

## 「いのちのあり方」を見つめ直します

社会の中で「いのち」について語り、いのちのつながりを実感したりする機会が減ってきています。「人生」や「しあわせ」について語るとすると、「宗教がきっかけ」とか「熱い人だね」などと茶化されてしまう雰囲気が強くなっています。

ライフリンクは、「いのち」について自然に語り合える雰囲気を作り、さまざまな場を通して創出していきます。自分の、そして互いの「いのち」に誠心を持つる社会にしていくことが、ひいては最大の自殺対策になるはずと考えているからです。

- プロジェクト別検討会(を含む)
- ライフリンク(Live link = 現実の交流)
- トークリンク(talk link = ホームページ上の交流)
- 学校などへの出前授業「いのちの時間」
- 他の社会問題に取り組む諸団体との問題意識の共有化 など

ト制は、運営も時間も限られている私たちが一般市民が、それでも社会活動を行っていくための、必要かつ有効な手段なのです。

なお、実際に活動している会員の中には、こころのケアの専門家やジャーナリスト、小中学校の教諭や書籍編集者、デザイナーや国連職員、NPO法人コーディネーターや自治体職員、消防団員などさまざまな分野のプロフェッショナルもいます。それぞれが時間を工面しながら有機的につながり合うことで、ライフリンクの活動を支えているのです。

## オープンで流動性の高いプロジェクト制

## 【ライフリンクの運営について】

ライフリンクには、専従のスタッフはひとりもいません。「理事会」は定期的に活動していますが、理事も含めた委員会が、仕事をしていたり、学校に通っていたり、あるいは主婦だったり、それぞれで「本業」をもちています。それでもライフリンクが組織として活動を継続してけるのは、「プロジェクト制」を採用しているからです。「プロジェクト制」とは、それぞれのプロジェクトを推進するために、「必要な人たちが必要となるに、必要なことを実行していく」というシンプルな運営方法のことです。

具体的な流れは……  
・ 会員がプロジェクトを提案する。(会員であれば、だれでも提案することが出来ます)  
・ 理事会が提案を審議に送り、採択を決める。(採択されない場



シソボジウムも参加型、第1回第3部ではグループの策を得て行いました。(マスコミの取材はグループを限定し、グループの策を得て行いました)

合もあります) 状況は運営理事会に報告) プロジェクトを完了させると同時にチームは解散から 回時多発的に繰り