

# 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

Tel. 03-3261-4934 戸村ビル202

http://www.lifelink.or.jp

代表 清水 康之

## ライフリンク通信 第3号拡大号

2006(平成18年4月7日)

編集責任者 岩見琢郎

# 実行段階に入る 自殺総合対策

## 国・地方で大プロジェクト

# 「政府方針」を発表都道府県へ通知

## 2年以内に連絡協設置、相談窓口の充実を

『自殺総合対策元年』。今年はその呼ばれる年になる。国のレベルでは、政府が一体となって作る自殺対策関係省庁連絡協議会が、『自殺対策に関する政府方針』を昨年末に発表。3月31日付けで、全都道府県知事、政令市長宛に「通知」が出された。また国家予算には、今年度はじめて『自殺予防対策の推進』という項目が盛り込まれ、9億円が計上された。名

### 「自立的・中立的な民間団体との協働」強調

政府方針は、政府が目指す総合対策の本身と、その目標および推進スケジュールを具体的に挙げたもの(内容2・3面に)。予算は『国民の安心と安全のための施策の推

進』のひとつとして盛り込まれた。

昨年7月に出席された参議院厚生

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』を受けたものだが、この決議には、昨年5月30日のライフ

と共に、自殺対策が国の事業としてはじめて位置づけられた。一方地方のレベルでも、「自殺対策先進地」である秋田や岩手が独自の総合対策モデルを打ち出し、「第二グループ」とも呼ぶべき群馬や兵庫などは『自殺対策連絡協議会』を新設するなどして地域ぐるみの対策に乗り出した。全国規模の大プロジェクト「自殺総合対策」がいま確かに動き始めた。

リンク・シンポジウムで発表した『自殺総合対策の実現に向けて』国への5つの提言』が採用されており、「政府方針」にもライフリンクが提案した『地域における自殺対策ネットワーク案』がほぼそのままの形で採用されている。

ネットワーク案の中で『具体的な事業についての連絡・調整を担う自立的・中立的な民間団体』というのは、つまりはライフリンクのような「つなぎ役」のこと。『自殺対策連絡協議会』が機能不全に陥らないようにするための、言わば「仕掛け」である。このように「つなぎ役」の重要性が「自殺総合対策」の中で明確に位置づけられたことの意味は大きい。



## 佐藤初女さんをお迎えして いのちのありがたを みつめなおしました

文字通り咳ひとつ  
しない静かな熱気が  
会場を包んだ

『森のイスキアから佐藤さんをお招きしていのちのありがたをみつめなおそう』—ライフリンク主催の映画と講演の会が、1月21日午後6時から世田谷区の砧区民会館で開かれた。青森の岩木山麓で、心を病んだり悩みを抱えた人の立ち直り支援を実践している初女さんから、「いのち」のあり方や生き方を、第1部映画『地球交響曲・佐藤初女編』と第2部講演、第3部わかちあい(質疑応答)を通して学ぼうという構成。

前夜からの大雪が残る中を集まった満員の聴衆は時間を忘れて初女ワールドに浸り、「食と生活」を柱に据え、どっしりとゆったりとした初女さんの生き方そのものの語り口に、それぞれが「いのち」について思索した夜となった。

(初女さんの講演内容特集6〜9面に)

# 地域現場支援と国への働きかけ

## 「自殺総合対策」ライフリンクの役割

今年度のライフリンクは、地域「情報発信力(啓発力)」などの、ラ  
の現場と国への働きかけの両面に  
重点を置いて活動していく。  
地域の自殺対策推進のために  
は、自治体との連携が不可欠。そ  
のため今後は、特に行政関係者と  
も積極的に連携を図りながら、自  
殺対策に必要な「企画力」「交渉力」  
略の立案/ポスターやリーフレッ

トのデザイン・作成/啓発用ビデ  
オやDVDの企画・作成)、  
死遺族のつどい/立ち上げ支援(フ  
アシリテーターの養成/遺族向け  
リーフレットの作成/「つどい」  
の運営・個別相談への対応)、  
「自殺対策連絡協議会」への支援  
(総合対策に関するコンサルター

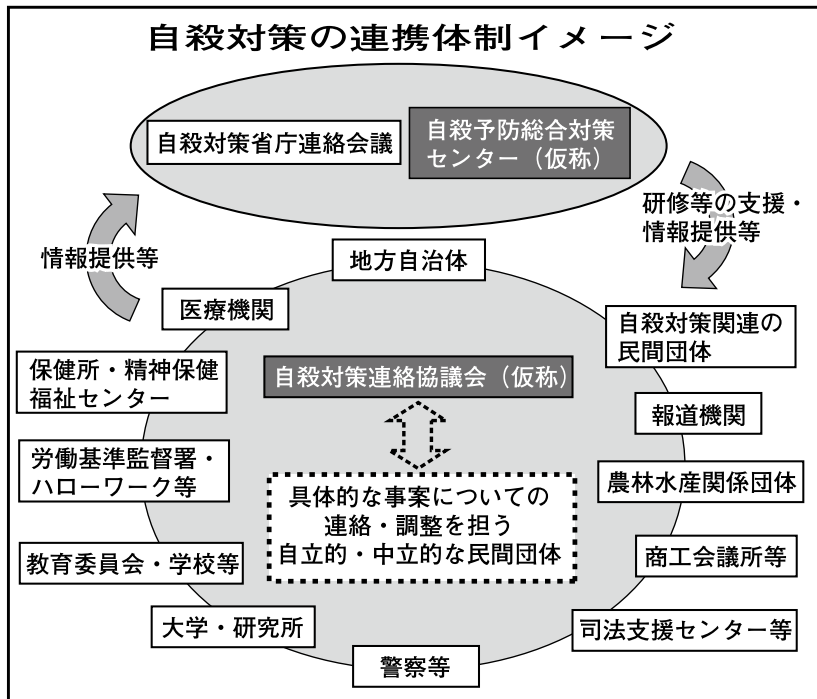
政府が一体となって自殺対策に  
取り組むための「自殺総合対策」  
が、昨年12月26日に発表された。  
これは「自殺対策関係省庁連絡  
会議」がまとめたもので、自殺  
実態の多角的な解明や相談体制の  
充実、自死遺族ケアのあり方の検  
討や民間団体への支援等を行うこ  
ととし、今後10年間で自殺者数を  
8000人以上減少させることを  
目指すとしている。

具体的には、  
ンポジウムの企画や講師の派遣/  
マスコミと連携した広報・啓発戦  
略の立案/ポスターやリーフレッ

## 自殺総合対策、政府の方針

またその中には、国が10億円(5  
年間で)掛けて行う「自殺対策の  
ための戦略研究」に関する記述  
として、「自殺率を20%減少させ  
るための地域における対応方法及  
び、自殺未遂者の再企図率を30%  
減少させるための自殺未遂者への  
対応方法を5年以内に確立し、全  
国に展開する。(厚生労働省)」と  
する具体的な数値目標も掲げられ  
ている。  
(政府の総合対策の内容3面に)

### 自殺対策の連携体制イメージ



### 「自殺対策戦略研究」の名称問題が進展

また国への働きかけについて  
ライフリンク通信第2号で、清  
水代表が、自らも評価委員として  
参加している『「戦略研究」の名  
称が「自殺関連うつ 対策戦略研  
究」となっていることに疑問を抱  
き、「自殺対策イコールうつ対策  
ではない」という視点から、名  
称を「自殺対策戦略研究」にあ  
らためるべきだと提案』したことを  
伝えた。  
この提案を受ける形で、研究の  
実施母体である『神経・精神科  
学振興財団』が、3月2日付けで  
「自殺対策のための戦略研(J-  
MISP)」と題して発表を行った  
のでここに報告したい。(以下、  
『神経・精神科学振興財団』のホ  
ームページより抜粋)

も、これまで通り積極的に行って  
いくつもりである。具体的には、  
「自殺対策基本法」の制定に向け  
て、全国の民間団体とも協働しな  
がら動いていこうと考えている。  
(関連記事あり)  
そうやって、国への働きかけを  
通して法的整備を行い、自殺対策  
の枠組みをより明確かつ確固たる  
ものにする。そして地域の現  
場の活動を支援することで、新し  
い枠組みの中ででき得る最善の対  
策を実現させていくこと。その二  
つが、ライフリンクの今年度の目  
標の柱になっていく。

◇自殺対策のための戦略研(J-  
MISP)  
本戦略研究の最終目標はあくま

た。この問題につ  
いは、研究評  
価委員会、運営委員会において  
議論を重ねていただき、平成18年  
3月1日に開催された運営委員会  
において最終的に確認いただき  
ました。これらの経緯をふまえ、  
本戦略研究の実施にあたっては、  
最終目標が「自殺対策」である  
ことをここに明確に表明させてい  
た。以下、省略)

自殺予防に向けての政府の総合的な対策 (自殺対策関係省庁連絡会議)2005年12月26日

自殺の実態解明・予防のための正しい理解の普及・啓発

- ▼自殺の実態・要因を多角的に分析
- ▼効果的な自殺予防の研究
- ▼自殺と関連の深いうつ病等の精神疾患の病態解明、治療法の開発
- ▼自殺予防総合対策センター(仮称)(厚生労働省国立精神・神経センターに18年度設置予定)を活用した情報の集積・提供

相談体制等の充実

- ▼時間軸(ライフステージ)と空間軸(地域)で隙間のない相談体制の充実
- ▼ライフステージ別
  - ・児童生徒=命の大切さを実感できる教育の推進、スクールカウンセラーの配置、自殺予防の取組の在り方について調査研究、子どもの心の問題に対応できる医師等の養成等の推進。
  - ・労働者等=メンタルヘルスの知識の普及、事業場におけるメンタルヘルス対策の指針の普及啓発、失業者に対するハローワークにおける生活上の問題についての相談、メンタルヘルスについての正しい知識の普及等の推進
  - ・高齢者=うつ状態にある高齢者の早期発見と、適切な相談の充実。
- ▼地域
  - ・保健所、精神保健福祉センター等における相談、地方自治体むけの対策のマニュアルの作成・配布、成功事例の情報提供の充実
  - ・うつ病等の患者が早期に医療を受けられる体制づくりの推進
  - ・法的なトラブル解決への道案内を受けられる体制づくりの促進
  - ・農業協同組合等の協力を得て高齢者福祉対策を推進、農山漁村において高齢者が生きがいを発揮できる農業環境・生活環境づくりを推進
  - ・商工会議所等と連携した中小企業の経営相談の推進、相談員へのメンタルヘルスについて正しい知識の普及の推進
- ▼相談員の資質の向上

自殺未遂者・自殺遺族等のケア

- ▼自殺未遂者のフォローアップ体制の充実、自殺未遂者が再び自殺をしようとならないための対策の構築
- ▼自殺遺族等に対するケアのあり方の検討、自殺遺児ケアについての学校教職員、スクールカウンセラー研修の充実

各種の自殺予防対策の充実

- ▼家出人発見活動の継続
- ▼インターネット上の違法・有害情報対策=プロバイダの自主的措置の支援策、フィルタリングソフトの普及
- ▼違法・有害情報対策に関する情報モラル教育の推進
- ▼旅客の転落防止等のための鉄道駅のホームドア・ホーム柵の整備促進
- ▼事業存続の可能性がある中小企業が、安易に倒産に至らないようにするための支援の推進
- ▼倒産、リストラ等による失業者の早期再就職支援等の雇用対策の推進
- ▼自殺問題に取り組む民間団体への情報等の提供
- ▼自殺報道に関する諸外国のガイドライン等の収集・分析

●自殺対策関係省庁連絡会議を定期的に開催。各省庁の自殺対策の担当窓口のリストを作成し公表

●各都道府県でも自殺問題を担当する部署を明確化し、民間団体とも連携する自殺対策連絡協議会の設置を促す

●具体的な自殺相談に対して関係団体の連絡・調整ができる自立的・中間的な民間団体の育成

(当面の目標) 今後10年間で自殺者数を急増以前の水準に戻す

年間自殺者は1997年の二万四、三九一人から98年には三万二、八六三人へ急増

## 今こそ、自殺対策の「そもそも論」を

ライフリンク代表

清水 康之

「なぜ自殺を防ぐ必要があるのか」「なぜ家族を自殺で亡くした遺族を支援する必要があるのか」「自殺対策が社会的な広がりを見せ始めているいまだからこそ、私たちはそうした『そもそも論』をもっと語らなければならない。

社会全体での総合的な自殺対策を進めていくためには、社会の理解と共感を得ることがまずもって重要であり、そのための手段として、時代的・社会的背景を踏まえた説得力のある『そもそも論』が必要なのである。

自殺対策の『そもそも論』。私は2つのキーワードを使って、これに挑みたい。

ひとつは、『人間の安全保障』という言葉。国際社会の中で、貧困やテロ、紛争や感染症などといった「社会的リスク」によって死に追い込まれていく「いのち」を守っていく、人として存在しているよう国際社会全体で「いのち」の安全を保障していく。そうした概念である。

私は、日本の自殺も『人間の安全保障』に深く関わる問題だと考えている。「自殺者」と呼ばれる人たちの多くは、実は社会的な要因に追い込まれた末に死を選ばされているのであって、確信的な自己決定に基づいて死を選んでいるわけではないのである。

◀3月7日「介護疲れ」 84

「歳夫が妻を殺し自殺」 ◀8日

『3人を自殺に追い込んだヤミ金業者逮捕へ』 ◀9日 『パワハラ自殺 遺族が会社を提訴』 ◀10日 『高1自殺 いじめが原因と親が提訴』 ◀11日 『無理心中 重度障害の女性が死亡』

これらは、この一週間の報道で扱われた自殺に関するニュースの見出しである。

想像力をたくましくして、考えてみたい。84歳の夫が、なぜ長年連れ添ったであろう妻を殺め、「自殺」したのか。ヤミ金に追われて

ているのが実状なのだ。

こうした日本の自殺は明らかに『人間の安全保障』の問題である。追い込まれた末の「不本意な自殺」は、「避けられる死」であり、防ぐことができる。社会的に追い詰

められた末の「自殺」は、社会的な対策を講じることで防ぐことができる。これはフィンランドなど諸外国の取り組みを引き合いに出すまでもなく、借金相談などの国内での取り組みによっても、すでに実証されている。

『人間の安全保障』は守れるし、

## 人間の安全保障と

### 「回復力を社会で保証

「自殺」した3人はどんな思いで亡くなっていったのだろうか。職場や学校のいじめが原因で「自殺」した人たちはどうか。重度障害だった女性はどうか。自殺とい

えば「身勝手な死」だと思われがちだが、実はその多くは社会的な要因に追い込まれた末の死なのである。

介護疲れ、ヤミ金、借金、リストラ、倒産、パワハラ、いじめ、DVなど。しかも社会的に弱い立場の人たちが、「存在する・生活していく」とさえも脅かされて「自殺」へと追い込まれていっ

紡ぎ直していくことによって、人は自らを再生させながら生きていく。『人間の回復力』とは、その原動力となっているチカラのことである。

結論から言えば、「なぜ自死遺族を社会が支援する必要があるのか」という問いに対して、私はこう答えたいと思っている。

それは、自死遺族の『人間の回復力』を、社会の側が発揮させないように足を引っぱっているからである、と。社会的な抑圧によって『人間の回復力』が発揮できない状態に置かれている人たちは、社会的な支援によってその力を発揮できるようにしてあげるの

は当然のこと、そう考えている。自死遺族の多くは、突然大切な人を失ったショックや悲しみに加え、自責の念や故人への怒り、無力感や恐怖心などに駆られる。ただ、これは人として感じる当然の「痛み」なのであって、これに対して社会がどうこうできるわけではない。

問題なのは、社会が、自死遺族をその「痛み」から前に進めなくさせているということだ。

「あの家は呪われている」「あいつの父親は逃げたんだ」「ご主人が自殺したらしいけど奥さんは何をやってたのかしら」など。自殺に対する誤解や偏見を社会から押しつけられ、遺された者は、故人との関係性を紡ぎ直し、「辛い体験」の意味を人生の中で位置づけることができず、ただただ社会か

らの圧倒的な物語の押しつけに怯え過ごすようになってしまっている。彼らに、『人間の回復力』を発揮させられる余地は残されていない。

だから「自死遺族支援」と言ったときに私が考えるのは、なにも特別なことではない。「自らの体験を静かに物語り、『人間の回復力』を発揮できるような場所(例えば同じ体験をした人同士が集まれる「遺族のつどい」のようなもの)を、社会の中に作るということ。これは簡単そうに思われるかも知れないが、「痛み」を抱えている当事者が自らの手で作っていくというのは至難の業である。だから、社会(私たち)がそれをやっつけてほしい。

人は、生きていけば誰でも「傷」を負うことがある。そして人は、傷の「痛み」を抱えながらも前を向いて生きていくことをする。「痛み」を受容する過程において、つまり「回復」の過程において、人は「やさしさ」の意味を知り、人間として成長していく。そういう誰しもが持っている『人間の回復力』を発揮できるようにするために、私たち(社会)は自死遺族を支援していく必要があるということだ。

自殺対策の『そもそも論』。自殺対策に厚みを持たせていくためにも、多方面の分野の人たちがそれぞれ視点で語るべき時がきている。

# 「自死遺族のつどい」各地に立ち上げ

## 京都 「こころのカフェ

## きょうと

3月25日の第1回「こころのカフェ きょうと」には25人の遺族とスタッフ15人が参加。5グループ、1人個人面談で、思いがあふれて時間が足りないほどでした。待ちに待った会でしたと喜んでくれました。参加者の中には本当に悲惨な状況で誰にも言えず、今更ですと耐えてきた方が数人おられました。

ひと部屋に3グループと1人の個人面談ということで、部屋数を十分に用意しておかなかったこと、遅れて来た人の対応など、とつさの判断を十分できず、グループ分けが遅れた点など今後の反省点です。

事前の研修がとても役に立ち、初めてファシリテーターをしてく

福島自死遺族ケアを考える会れんげの会」は、おかげさまで設立1年を迎えました。およそ1年の準備期間を経て平成17年12月に初めて自死遺族の集いの場を設け、今年の2月に2回目の集いを開催しました。過去2回の参加者は、約15〜20名です。初回に参加した方のほとんどが2回目の会にも参加されました。それだけ遺族が集える場が求められていることが伺え、今後は偶数月の第3土曜日

れた人が、次も頑張りたいと言ってくれたことは嬉しかったです。京都市こころの健康増進センターの方は、今後は個人的にもこの会にボランティアで参加しますと決意表明しました。

第1回を終わり、スタッフはほんの少し要領がつかめたというところ

## 埼玉 分かち合いの会

埼玉県には現在、自死遺族の分かち合いの場がありません。一度はライフリンク内で埼玉でのプロジェクトを立ち上げましたが、行政の理解が得られなかったことやそれぞれの想いがあり解散しました。そこで、ぼちぼちでもやっていけたらと思いい、とりあえず実行することを目標に「あんだんて」

の午後に定期的に開催予定です。今年1月にはライフリンクや仙台グリーンケア研究会と共催で「ファシリテーター・運営スタッフ研修」を開催し、スタッフ層の育成や近県のネットワークづくりにも着手しました。近県との連携によって遺族の方は参加の機会が増え、スタッフも協力し合え有益であると考えています。

地道に温かく、来て下さった遺族が、肩肘張らず、泣いて、笑

ころです。今後も、研修や、回数をかさねながら、参加者が安心して話せる場所、居心地のよい場所にしていきたいです。遺族の会の設置が本当に待たれていることを強く感じました。

次回は5月6日の開催を予定しています。 (石倉 紘子)

◆連絡先

△携帯 090-8536-1792 (18時から21時まで)

▽URL : www.cocorocafe.net

## あんだんて

を立ち上げようと思いたちました。

私自身が地元自治体の保健師でもあるため、地元の相談機関の担い手でもある男女共同参画支援センター担当職員の理解を得て、会場の確保をし(登録団体になりました)、また同僚の保健師や西田副代表をはじめライフリンク会

って、怒って、そしてそれを許しあつて時間を過ごせる場となるように努めます。そして、いつかれんげの会に来なくてもいい日が訪れ、れんげの会がふるさとなることを願っています。れんげの会は、遺族の方々の通過点でよいと思っています。(金子 久美子)

◆連絡先

▽URL : www.kokorosasae.jp /

▽e-mail : rengen@kokorosasae.jp

▽FAX : 024-546-4026

▽TEL : 090-860-0019 福島東郵便局私書箱14号

員の方々の協力を得て5月開催に向けて動いています。登録団体受付中のタイミングのよさと、理解のある人との出会い、そしてバックアップしてくれる人がいること、思い切り、が今回の会立ち上げに結びついたと思います。

「あんだんて(Andante)」は、音楽用語で「歩く速さで」という意味です。ゆっくり、その人のペースで、時には立ち止まりながら、

## 長崎 名前はまだ

## 集まったみんなで考えます

大学時代からあしなが活動で自殺の問題に取り組み始めて7年。「必要だ」「大切だ」と遺族のフォローを様々な講演などで語りながら、生まれ育った長崎でそのアプローチが出来ずにいたが、その思いをようやく形としてスタート出来る。長崎に初の自死遺族会という事で不安や悩みも耐えないが、動かないと何も変えられないから、今はやりがいも感じている。

が、会の名称さえもまだない。参加者とともに会を作って行きたいそんな思いからである。

今回遺族会のスタート出来るのは、勤務先である大村橋の森学園の関連法人、医療法人カメリアから開催場所や準備、活動の為に資金も含め多大なる支援頂いたこととは何よりもありがたい。また、同時にカメリアでは、院内研修会(一般公開有り)でも4月から自殺をテーマに半年間の研修も行う予定である。こうしたバックアップは開催の運営費等に苦悩しながら

でも確実に前を向いて歩いていくよう、一緒に歩んでいきたいという気持ちを込めました。スタッフは安(やすらぎ)暖(あたたかさ)の担い手になりたいものです。

◆連絡先 △メール : wakachian-andante@otmail.co.jp

▽電話 : 03-3261-7934(ライフリンク事務局)

ら活動しているグループのモデルにもなればとも考える。

また、活動を進めるなかで行政との連携を考えている。その最大の理由は長崎県内で昨年から続いた中学生、高校生の自殺があるからである。その数は昨年9月からなんと10件を超える。長崎では男児よる幼児殺人、女児による同級生殺人と子供の事件が続き、今更には自殺。こうした子供の問題に何が何らかの力になれるのは自殺対策であろう。遺され苦悩する家族、友人、教師に対しフォローできればと考える。また、子供の自殺予防や遺児支援に関する研修を進めたいとの思いがある。子供の問題は行政と進めることを求められる。共に考えていきたいのである。ライフリンクに関係する多くの方からご指導、ご協力頂ければと思います。(山口 和浩)

◆連絡先 大村橋の森学園 山口

▽電話 0957-48-5678

メール yamaguchi@cameiia.or.jp

