

8-4. 長生き坂



8-5. 高齢者へのメッセージ

「長生き坂」看板の言葉

- 1回登れば 息が切れる
- 2回登れば 足腰が丈夫になる
- 3回登れば 笑顔になって福がくる
- 毎日登れば 健康になって
お迎えはまだ早いと 閻魔様を追い返せる

8-6. 高齢者のくつろぎの場



9. 4 7 都道府県臨床心理士会における自殺予防活動

福井県臨床心理士会の例

県の委託を受けて、平日や日中に相談に来ることができない勤労者を主な対象に、休日(月1回)及び夜間(月4~5回)に「心の健康相談会」を開催。相談者の約一割にうつ病もしくは強い抑うつ状態の可能性がみられ、そのような相談者を医療機関に確実につなぎ、自殺という深刻な問題に至ることを未然に防止するよう取り組んでいる。

東京臨床心理士会の例

緊急強化基金を活用して東京都がNPO法人ライフリンクに委託している「東京都こころといのちの総合相談会」に、臨床心理士を相談員として派遣。この相談会では、弁護士が法律に関する相談を、産業カウンセラーが労働に関する相談を行い、臨床心理士は悩みやストレスなど心理的な問題についての相談を担当している。複数職種連携が機能している一例である。

10. 自殺対策行政に求めること

さらなる連携の推進

自死を考える人は職場、学校、病院、自宅など、どんなところにもおられ、その問題の中心は、就職の失敗、仕事上の悩み、経済問題、対人関係、こころとからだの病、子育てやDV、介護など家族に関する悩み、生きることへの懷疑など、一人ひとり異なる事情の中にあると考えられる。

行政の縦割りの条件の中でも、可能な連携がさらに志向されることで、個別の悩みに支援が届く施策をさらに検討されたい。

長期的な取り組み

教育においては、震災で被災された多くの方々が示されたように、人は一人で生きられない、互いを信じて尊ぶこころの涵養が次世代の教育に求められる。社会全体における、長期的な取り組みが、自分を大事にする心を育成すると考える。