

“声なき声”をかたたちに

「遺族語る」を企画して プロジェクト担当 福山なおみ

自殺で大切な人を亡くした「遺族のみなさまに」「自死者の生きた軌跡」や「死に追いつめられた状況と経緯」を語っていただき、パネルにして当日の会場ロビーで展示をしたいと思います。

多く自殺に追い詰められていっているのだということを伝えていきたいと考えたからです。

そのねらいは、自殺で亡くなられた方は決して「特異な存在」なわけではないこと、私たちと同じ日常を生活している人たちが、いま数

多く自殺に追い詰められていっているのだということを伝えていきたいと考えたからです。自殺を個人の問題としてだけでなく、「自殺する個人を取り巻く社会」に関わる問題としてとらえ、総合的な自殺対策を実践していく上で、「この現実」から目をそむけず、(自死者のメッセージ)にひとりでも多くの人に耳を傾け、一人

一人が自分には何ができるのかを自分の身にひきつけて考える重要な機会になれる。と願うことで

また、この試みは、自殺のない「生き心地の良い社会」を築くために、自殺で亡くなった人たちの実態を明らかにし、社会的な自殺総合対策につなげていくことを主目的とする。「1000人の声なき声」に耳を傾ける調査」につながるものと考えています。

今回は、語っていただきました5名の方の中から、紙面の都合で



ロビーでの展示に見入る参加者たち

3名の方を選ばせていただき、「遺族の方のご了解を得て、掲載させていただきます」。

「自殺実態の全容解明」が図れるようになっていっています。(警察統計によって「自殺の傾向」がそれぞれ「自殺の傾向」における「個々の詳細」が分かるようになっていっています。)

また、調査対象となる自死遺族は、自殺対策の立案に参画する「調査参加者」であり、私たちは「協力者」という捉え方をしていません。「遺族の持つ「回復力・分ち合うチカラ」を信じて、みんなで一体となって対策を作り上げていこうと考えているのです。

私たちのこれまでの自死遺族支援における経験から、「遺族の多くは、それぞれの体験を語り紡ぐ中で、自らの体験を社会化させていく、自らの体験に社会的な意味を見出していく」ことが分かっています。そしてそれは、それぞれの方の回復につながるものでもあり、その意味で「1000人調査」と「遺族支援」とは一体となるものでもあるのです。

また1000人調査では、全国各地で「自死遺族のつどい」を運営している団体等とも連携していきます。実態調査(直接的アプローチ)と遺族ケア(調査後フォロー)を包括的に実施していくために、また三次調査(自死遺族の生活実態や課題の把握)を速やかに自死遺族支援の充実につなげていくためにも、より多くの団体と連携しながら進めていこうと考えています。

遺族の「参加」で社会的対策立案へ

官民プロジェクト

“1000人の声”聞く実態調査

ライフリンクが企画している「1000人の声なき声」に耳を傾ける調査「社会的な総合対策立案のための自殺実態調査」は、自殺のない「生き心地の良い社会」を築くために、自殺で亡くなられた1000人の「声なき声」に耳を傾けることで自殺の実態を明らかにし、社会的な総合対策の立案につなげていくための調査です。

最大の特徴は、「実践的な自殺対策の立案かつ実現」を第一の目的とした社会的調査であるということ。そして、他分野の専門家や「遺

族と連携をして、みんなで作り上げていく調査であるということ。また調査は、大きく3つの段階に分けて実施していきます。

一次調査では、自殺要因の分類および把握(スクリーニング)を行います。「遺族が自由に物語れるようにして、信頼関係を築きながら進めていく調査です。」

二次調査では、一次調査によって分類された自殺の要因に関連して、専門家と協力して作成した質問項目に従って、より詳細な情報を聞いていきます。

さらに三次調査では、自死遺族の生活状況、心理状況、必要としている支援等について、実態把握を深めていきます。「遺族が課題を抱えている時は、ただ聞けばなしにするのではなく、その場で迅速に「自死遺族支援24時間ダイヤル」などにもつなげていきます。」

調査項目は、各分野の専門家と協力しながら、警察の「自殺者統計」と連動させた形で作成してあります。本調査がすべて終了した後、警察が行っている調査の結果と重ね合わせることで、速やか

「生き心地の良い社会」を 遺族と一緒に作りたい

長崎で分ち合いの会を始めて1年、参加している「遺族」と同じように辛い思いをする人は減って欲しいですね。」と語るようになり、「私の体験が何か社会に活かせるのであれば、調査に参加したい」と「遺族からの連絡もあつた。これまでの自殺に関する調査

や研究は、研究者による研究本位の調査を中心に実施されてきました。特に、うつ病などの精神科疾患の罹患の観点からの調査が多く、そのため社会的な自殺予防策へは十分に活かされない現状にあります。しかし、研究本位の調査だけでは不十分で、自殺の実態

官民合同シンポジウムを終えて

7月1日、朝5時半。私は会場となる東京ビッグサイト近くの有明ワシントンホテルに向かうタクシーの中にいた。本来であればとくにチェックインを済ませて眠りにについているはずの時間だが、事務所で行っていた「会場運営についての最終確認作業」に時間を取られ、一睡もできずままシンポジウムの朝を迎えてしまった。

もともと、かなり過酷なスケジュールになることを覚悟の上で仕掛けたシンポジウムではあったが、それにしても、オープニングの「主催者代表あいさつ」の原稿も、急ぎよエンディングに盛り込むことを決めた「全国キャラバン出発宣言」の演出方法も、この時点でまだ詰め切れていなかった。

タクシーに揺られながら、焦りと睡魔、それにシンポジウムの責任者としてのプレッシャーとで、

に即した有効な予防策を実施するために、自殺の社会的背景を浮き彫りにするような対策本位の調査が求められているはずだ。

また、「遺族を中心に調査を進める中では、「遺族への心理的、社会的負担がかかることも予想され、実態調査をする上では、「遺族支援」が一体不可分のものとして取り組むべきであると考えます。だからこそ、「遺族と」関わることが少なからずある現場の支援者が中心になり、調査と遺族支援

を平行して進めていきたいと考えます。そして、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」のあり方や求められる内容も検討していきたいと考えます。

無念な思いを抱えて逝った大切な人の「声なき声」に耳を傾け、誰も自殺に追い込まれることのない「生き心地の良い社会」への予防策をより多くの「遺族と一緒に作りたい」と思っています

(1000人調査担当 山口和浩)

「こらえようのない吐き気に襲われた。「俺

は一体こんなところで何をやっているのだろうか」。レインボーブリッジの上から流れて見える都心の風景に、ふとそんなことを思った。「なぜ俺はこんなところにいるのだろうか」と。

思えば、2004年の秋にライフリンクを設立してから、同じよ

私が「ここ」にいる理由

ライフリンク代表
清水 康之

つひとつ、自ら設定したハードルを乗り越えていく毎に、日

うなことを繰り返してきた。05年5月には、国会議員会館で初めての自殺対策シンポジウムを、当時の厚生労働大臣らを招いて開催したのだが、やはり今回と同様に、精神的にも肉体的にもかなり追い詰められながら当日を迎えることとなった。議員会館の食堂でお水をもらい、誰にも見つからないようにして、生まれてはじめて精神

策の法制化を求める3万人署名」を全国に展開し、「ここ」で失敗したら、これまで積み重ねてきたものが全て崩れてしまう」と、やはり強烈な精神的重圧の中で、署名提出までのひと月半を過ごした。

今年5月の「自殺総合対策大綱案へのパブリックコメント募集」に對しても、全国24の民間団体に協働を呼びかけて、政府に「数値目

本の自殺対策が確実に前進していくのを実感しながら、そのことを励みに進んできたのである。

ただ今回は、それが違った。シンポジウムの最中に、「ここ」に自分がいる理由がおぼろげながら見えてきた。私の周りにいてくれる仲間たちの存在の中に、その理由を見つけたような気がしたのだ。決して私はひとりではない。

きつと豊かな人生とは、一瞬のよろこびという「点」に留まるのではなく、またひとりの時間だけで完結する「線」に留まってしまうのでもなく、人間関係という「面」にまで開いていけるものであるはず。ここにいること、いられることの意味を噛みしめながら、これからも自分らしく生きていこうと思った7月1日だった。

そして自分なりに精一杯歩んできたからこそ、自分は「ここ」にたどり着いたのだと、こうした人間関係の中にたどり着くことができただのだと、そう思えるようになったのである。

まだあどけなさが残る年齢でありながら、自分にできることを一杯全うしようとしている桂城舞ちゃんや、舞ちゃんの体験談を聞いて目を真っ赤にしながら、「よし」と言って頬を二度叩いて舞台上に飛び出していった町永キヤスター。こんなできの悪い教え子である私のことをいつも我慢げに語ってくれた姜先生や、パネルディスカッションのコーディネーションに困っているとき助け船を出してくれた木村さん。取材を通して知り合ってからずっと付き合いを続けてくれていた自死遺児の子たちや、キャラバン出発宣言を高らかに読み上げた西原さん。名前を書ききれない他のみなさんも含めて、舞台の袖で、あるいは壇上で、舞台裏で、自分はなんと温かい人たちに囲まれているのかと感謝の気持ちでいっぱいになった。

全国キャラバンに積極参加

日本司法書士会連合会が決議

日本司法書士会連合会は6月22日の総会で、「多重債務者救済を積極的に推進する決議」を採択した。この中で、①司法書士制度を活かし、自殺総合対策大綱を受けて今後各自自治体に設置される自殺総合対策担当部署と多重債務者相談窓口との連携を深め、縦割り行政に陥らぬよう、官民一体となつて取り組む。②各司法書士会は、各県で行われる「自死遺族支援全国キャラバン」に多重債務者相談ブースを設けるなどで積極的に

参加する——としている。全国的な職能団体が組織的に取り組むのは初めて。

◆7・01官民合同シンポにスタッフとして活動した団体

▽内閣府(6名)、ライフリンク(多数)▽東京自殺防止センター(11名)▽こころのカフェきょうと(4名)▽自死遺族支援ネットワークRe(2名)▽日本NPOセンター(1名)▽佐賀ビッグフット(2名)▽日本財団(3名)

7・01シンポに参加して

平成15年7月7日。私の父は「自死」という形でこの世を去りました。大好きだった父の死、あんなに強かった父が選んだ「自死」という道。4年前の私にはその意味を理解することができませんでした。自分が父にやさしい言葉をかけていけば父は死ななかつたのではないかと。自分が父を殺したのではないかと。父が乗り越えることのできなかつた世の中を自分が生きていけるわけがない。答えのない問いに頭を悩ませては、自身を見失い、自分がなぜ生きていくのか、これからどうやって生きていけばいいのか、あの頃の私は、そんな弱い自分が嫌いで仕方ありませんでした。

“生きていく感じ” “した時間

高の時間でした。

人間なら誰しも幸せになりたいと願う

そんな私に転機が訪れたのは、父が亡くなって1年後の夏。あんなに育英会が主催する夏の集いに

参加したことが、私の人生観を大きく変えるきっかけとなりました。同じような体験をし、それでも必死に自分の人生を大切に生きていく仲間が存在。自分と同じように生きる意味を見失ってしまっている後輩の存在。そして、そんな私達に、どうにかして生きていくことの素晴らしさを伝えようとして、支えてくれていく人々の存在に出会えたこと、その

ものを。みんなが生き心地の良い社会になることを心から願っています。私も自分ができること、まずは今年の夏、九州・阿蘇の夏ついで、総合司会として先頭に立って、私と同じ環境で悩んでいる遺児高校生たちに、皆さんの想いを、生きていく感じ”を精一杯伝えていきたいと思っています。

な自殺対策活動を展開するビジョンこそが、私たち民間団体有志の願いだったのです。

今回、このシンポジウムに参加しようと思ったのもそんな人達の支えがあったからです。自分を支えてくれていく人達、その人達への恩返しの意味も込め、自死遺族として、自分ができることに精一杯取り組みたいです。”自死”という問

題を他人事とするのではなく、自分の問題として考え、1人でも多くの人の命が重要視される社会をつくっていくお手伝いがしたい。

それからは、スピードアップして事が進みました。まずは相談員の募集です。県の方にも協力して

から電話機材一式の無償提供の贈呈式が県庁の福祉保健部長室で行われました。行政と企業と民間団体がコラボレートして、自殺予防

そんな想いで迎えたシンポジウムは、言葉では言い表せないくらい本当に素晴らしいものでした。たくさんの人の温かい空気の中で、時代が変わろうとしている瞬間を目の当たりにすることができた、”生きていく感じ”がした最高

願いだっただけです。それから、スピードアップして事が進みました。まずは相談員の募集です。県の方にも協力して

から電話機材一式の無償提供の贈呈式が県庁の福祉保健部長室で行われました。行政と企業と民間団体がコラボレートして、自殺予防

そんな想いで迎えたシンポジウムは、言葉では言い表せないくらい本当に素晴らしいものでした。たくさんの人の温かい空気の中で、時代が変わろうとしている瞬間を目の当たりにすることができた、”生きていく感じ”がした最高

願いだっただけです。それから、スピードアップして事が進みました。まずは相談員の募集です。県の方にも協力して

から電話機材一式の無償提供の贈呈式が県庁の福祉保健部長室で行われました。行政と企業と民間団体がコラボレートして、自殺予防

そんな想いで迎えたシンポジウムは、言葉では言い表せないくらい本当に素晴らしいものでした。たくさんの人の温かい空気の中で、時代が変わろうとしている瞬間を目の当たりにすることができた、”生きていく感じ”がした最高

願いだっただけです。それから、スピードアップして事が進みました。まずは相談員の募集です。県の方にも協力して

から電話機材一式の無償提供の贈呈式が県庁の福祉保健部長室で行われました。行政と企業と民間団体がコラボレートして、自殺予防

そんな想いで迎えたシンポジウムは、言葉では言い表せないくらい本当に素晴らしいものでした。たくさんの人の温かい空気の中で、時代が変わろうとしている瞬間を目の当たりにすることができた、”生きていく感じ”がした最高

願いだっただけです。それから、スピードアップして事が進みました。まずは相談員の募集です。県の方にも協力して

から電話機材一式の無償提供の贈呈式が県庁の福祉保健部長室で行われました。行政と企業と民間団体がコラボレートして、自殺予防

そんな想いで迎えたシンポジウムは、言葉では言い表せないくらい本当に素晴らしいものでした。たくさんの人の温かい空気の中で、時代が変わろうとしている瞬間を目の当たりにすることができた、”生きていく感じ”がした最高

願いだっただけです。それから、スピードアップして事が進みました。まずは相談員の募集です。県の方にも協力して

から電話機材一式の無償提供の贈呈式が県庁の福祉保健部長室で行われました。行政と企業と民間団体がコラボレートして、自殺予防

そんな想いで迎えたシンポジウムは、言葉では言い表せないくらい本当に素晴らしいものでした。たくさんの人の温かい空気の中で、時代が変わろうとしている瞬間を目の当たりにすることができた、”生きていく感じ”がした最高

願いだっただけです。それから、スピードアップして事が進みました。まずは相談員の募集です。県の方にも協力して

から電話機材一式の無償提供の贈呈式が県庁の福祉保健部長室で行われました。行政と企業と民間団体がコラボレートして、自殺予防

そんな想いで迎えたシンポジウムは、言葉では言い表せないくらい本当に素晴らしいものでした。たくさんの人の温かい空気の中で、時代が変わろうとしている瞬間を目の当たりにすることができた、”生きていく感じ”がした最高

願いだっただけです。それから、スピードアップして事が進みました。まずは相談員の募集です。県の方にも協力して

から電話機材一式の無償提供の贈呈式が県庁の福祉保健部長室で行われました。行政と企業と民間団体がコラボレートして、自殺予防

そんな想いで迎えたシンポジウムは、言葉では言い表せないくらい本当に素晴らしいものでした。たくさんの人の温かい空気の中で、時代が変わろうとしている瞬間を目の当たりにすることができた、”生きていく感じ”がした最高

願いだっただけです。それから、スピードアップして事が進みました。まずは相談員の募集です。県の方にも協力して

から電話機材一式の無償提供の贈呈式が県庁の福祉保健部長室で行われました。行政と企業と民間団体がコラボレートして、自殺予防

そんな想いで迎えたシンポジウムは、言葉では言い表せないくらい本当に素晴らしいものでした。たくさんの人の温かい空気の中で、時代が変わろうとしている瞬間を目の当たりにすることができた、”生きていく感じ”がした最高

願いだっただけです。それから、スピードアップして事が進みました。まずは相談員の募集です。県の方にも協力して

から電話機材一式の無償提供の贈呈式が県庁の福祉保健部長室で行われました。行政と企業と民間団体がコラボレートして、自殺予防

そんな想いで迎えたシンポジウムは、言葉では言い表せないくらい本当に素晴らしいものでした。たくさんの人の温かい空気の中で、時代が変わろうとしている瞬間を目の当たりにすることができた、”生きていく感じ”がした最高

宮崎に「自殺防止センター」 全国3番目、スピード設立

宮崎県は、自殺率が全国で毎年10位内という状況が続いています。自殺防止対策で出遅れた分を取り戻すべく、最速・最短・最高の自殺防止活動を実践しようと躍起です。

西原さんとお話をしてすぐに「まさにこれだ！」という直感が走ったのです。自殺防止センターのやりかた(国際ビフレンダーズ流)に則って、自殺したいほど苦しんでいる人の気持ちに寄り添う電話相談をする、場合によっては面談も直接訪問も行う、自死遺族のつどいを開催する、といった包括的

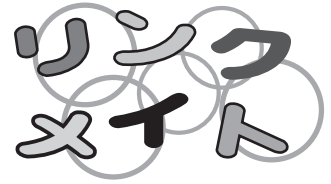
私はもともと「A・L・I・V・E」という精神障害者の就労支援を行う民間団体で働いてきました。転機が訪れたのは、去年の11月18日です。民間団体「ヘルプ

き、6月13日には、NTT西日本

4月28日には念願の事務所開

さで、宮崎の9月は熱くなりそ

「新しいつながりが、新しい解決力を生む。」を実感しているところ。宮崎自殺防止センター 所長 甲斐 妙子



特定非営利活動法人 国際ビフレンダーズ
東京自殺防止センター

創設者 西原由記子さん

東京自殺防止センターは、自殺を考えている人々、苦悩状態にある人々に感情的な支えを提供することを目的とした、ボランティア団体です。

活動の基本は「ビフレンディング」といって、「友だちになる、味方になる」といった姿勢にあります。この「ビフレンディング」によって、自殺を考えるほど絶望している人々の訴えに耳を傾け、気持ちに寄り添うのです。自殺防止のためには、孤立無援状態の人を見捨てないで、傍に居続けることが重要であり、その人に正直に付き合うことが大切だと思っております。

活動の中心は電話相談です。毎日休むことなく夜8時から翌朝6時までの10時間、訓練を受けた相談員が交代制で対応しています。自殺にまで追い込まれる人たちの夜は特に深刻になってしましますから、夜中の相談活動の充実を図っています。夜中じゅう電話回線



活動はいつもご一緒の西原由記子さんと明さん

電話から危機介入まで “正直な味方”になって

は一晚中ほとんど塞がっている状態です。

さらに、電話だけでは不十分と判断した場合には、直接会って面談することを勧めますし、緊急性がある場合と判断した場合には、相手の了解を得て、夜中であってもタクシーを飛ばしてその場所まで駆けつける、といった危機介入も行っております。

また、借金問題などの社会的要因があると分かったときは、ライフリンクさんに紹介してもらいながら、それを専門的に解決してくれる他の団体の方とも連携をして、その人をフォローアップする

ようにしています。

私たちの活動は電話に始まり、必要に応じて直接会って話を聴き、場合によっては危機介入をする、ということを行っています。ここまでやらないと、自殺を考えている人を支えることにならないと思っております。日本で唯一、私たち自殺防止センターだけが、こういった包括的な対応をしているという状況です。

私が自殺防止センターを創設したのは、実は1978年のことです。今から約30年前になりますが、「関西ののちの電話」から独立して、大阪に自殺防止センターを創

設したのです。活動を電話に限定せず、面接、訪問、グループ活動など、やるべきことで、できることに積極的に取り組んできました。東京にも自殺防止センターを設立したのは1998年でした。団体名に「自殺」という文字を入れて活動したのは私たちが初めてだと思えます。私たちの想いはつきり分かってもらうために「自殺防止」という文字をどうしても入れておきたいと思ったのです。

仲間を全国に増やしたいと思いい、全国各地に出かけては「あなたにもできる自殺防止活動の実際」と題したワークショップを毎年開催してきました。これまでに山梨県、秋田県、福井県などで開催してきましたが、今年宮崎県で9月15〜17日に開催します。その宮崎県では、自殺防止センターを是非とも宮崎に作りたいたいという熱心なボランティアの方がいて、そのお手伝いをさせてもらっています。今年2月から隔週で宮崎を訪れ、研修を続けています。大阪、東京に続いて、3番目の自殺防止センターがこの秋にオープンする予定です。

私たちは、このような自殺念慮者向けの支援活動を中心に行っているのですが、それ以外にもさまざまな活動をしています。自殺未遂者や予備軍向けの支援として「コーヒーハウス」という名前のサロンを毎週2回開いていますし、自殺者遺族のため、「エバー

グリーンの集い」という分かち合いの会も毎月1回開いています。さらに今年も、自殺未遂者を支援する活動も始めたいと考えています。自殺未遂者に必要なのは、失敗しただけ生きていこうと再チャレンジする安全な「場」の存在だと思えますので、そういったプログラム開発にこれから取り組むところです。

東京自殺防止センターでは相談員を年3回募集しています。相談員になるには、集中的で実践的な訓練プログラムを受け認定される必要がありますが、前提となる資格等は一切ありません。詳しくはホームページ等でご確認ください。

「3万人署名」をライフリンクさんと一緒に活動し、署名の束を扇千景参議院議長に渡すことができました。それが後押しとなって自殺対策基本法が成立したことを嬉しく思っています。国が動き出したとはいえ、現場を知る私たち民間団体こそが、これからもやるべきことに大胆に取り組んでいく必要があると思っています。

誰も死にたくて死ぬのではありません。追い詰められて生きる場を失って仕方なく死んでいっているのです。誰でもが安心して暮らせる環境を作ることが私たち一人ひとりに課せられた課題ですから。(西原 由記子)

◆東京自殺防止センターのホームページ

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

NPO法人自死遺族支援
ネットワークRe代表

山口 和浩さん



2000年の
年明け、九州佐
賀駅ちかくのと
んかつ屋で3人
の自死遺児と向
き合ったときの

ことを今でも忘れない。「自死遺
児だけの合宿をしたんいんだけ
ど」とそう私は切り出した。

中高年男性の自殺者急増はその
まま遺される自死遺児急増に直結
する。どのようにしたら力になる
ことができるか？ 遺児のキャン
プを企画する私は途方にくれてい
た。そして出した結論は、「彼ら
に教えてもらおう」ということだ
った。

その提案に、「本気ですか？」
とそう私には聞こえたような気が
したが、無言の、しかも今までに
体験したことのない3人の視線が
突き刺さった。その一人が当時大
学2年生だった山口和浩さんだっ
た。

本気ですか？

自死遺児だけで語り合うこと、
分かち合うことは願ってもないこ
とと彼らは言いつつ、でも「本気
であなたはほくらに向き合おうと
しているのか？」それを聞きたか
ったのだったと少し後になって気
がついた。

◇

2月、11人の自死遺児がつどっ

た。2泊3日語りあった。泣いて、
泣いて、泣いて、少し笑って、一
緒にご飯を食べお風呂に入り、川
に字に寝て朝を迎えた。みんな少
し力が湧いてきている自分の変化
を感じた。この力がその後いろん
な形になりいろいろな人につなが

た。(サンマーク出版)発刊。そ
して全国各地で体験談を語った。
山口さんも首相への陳情を期に
実名で顔を出し、自殺問題を考え
る様々なシンポジウムや研修会
で体験談を語り、自殺対策基本法
制定のための署名活動もした。



家族と職場を離れ、キャラバンに奮闘する山口さん

「沈黙の悲しみ」で終わらせない

りうねりとなっていくことになる
とは彼らも私も想像だにしなかつ
た。

4月に小冊子「自殺っていえな
い」を発刊(12万部まで増刷)。

自死遺児の声を伝えるシンポジ
ウムを各地で開催。01年10月
NHKクローズアップ現代「お父
さん死なないで」放送。12月小泉
首相に「自殺防止の提言」を陳情。

02年11月「自殺って言えなかつ

人にとって『語る』ことのできる死』
にしていくことが大事だと強く思
います。

「遺された子どもの一人として
一人でも多くの遺族の方々に『語
れる遺族』になって欲しい。いま
で語られることのなかったところ
に光をあてそれを社会に届けるこ
と。そうすることでしか偏見はな
かなか変わらないということ。僕
も体験してきたからです。沈黙の
悲しみといわれることのある自死
遺族の体験を沈黙のまま終わら
せない。そうすることで追いつめ
られて亡くなった方の苦しさや追
い詰められたプロセスも明らか
になっていくからです」。

山口さんは必ずしも顔を名前
を出すことを求めているのではな
い。いろいろな形で自分の言葉で語
ることが大事だといいたいのだ。

「僕も語ることで、『遺族』とひ
とくくりに来れない、この社会に
生きる一人の人間としての側面も
あることにも気
づきました。ダ
メージはとてつ
もなく強烈でしたが残っている力
を大事にすることを学びました」。

この5月から長崎の職場を1年
間休職してライフリンクのキャラ
バンの中心メンバーとして仕事す
ることになった。ひとりひとりの
遺族にはひとりひとりの痛みの物
語がある。そして物語のその先に、
「死から学んだ」それでも生きて
いくという気持ち、新しいふれあ
い、これまでとは違う社会のあり

◇

9・10 ことしも
フォーラム開催

「WHO世界自殺予防デー」で
あり、今年から始まる「自殺予防
週間」の初日でもある9月10日、
ライフリンクが主催する自殺対策
フォーラムを今年も開催します。
今年「自殺実態調査」に焦点を
絞った議論を展開していきたいと
考えています。

また「自殺予防週間」の期間中
には、ライフリンク事務所を自殺
対策関係者の交流の場として公開
し、さらに最終日となる9月16日
には「地域ネットワーク」をテー
マにしたフォーラムを開催する予
定でもあります。

詳細は8月半ばまでにHP上で
公開します。

ようが開けていくことを彼は多く
の人とキャラバンを通じて語り合
いたいと思っている。

◇

06年4月自死遺族の分かち合い
の会Re(アールイー)を職場の
仲間と立ち上げた。月1回の分か
ち合いには延べ80人がつどった。
硬かった表情が柔らかく変わって
いく姿、笑顔が出てくる瞬間の妙
を人の力として感じている。

昨年職場で知り合った真智子さ
んと結婚、10月にはパパになる。
愛妻が作ってくれたトリのから揚
げを子どもと一緒においしそうに
食べるんだらうな〜！

(西田 正弘)

付 録

「自殺総合対策大綱」の内容(抜粋)

自殺対策基本法に基づき政府が策定した(6月8日の閣議で決定)「自殺総合対策大綱」のうち、目次と特徴的な項目を抜粋しました。全文はライフリンクのHPから入手できます

<http://www.lifelink.or.jp/hp/taikou.html>

自殺総合対策大綱(平成19年6月)

目 次

- 第1 はじめに
1. 自殺をめぐる現状
 2. 自殺対策の基本認識
 - 〈自殺は追い込まれた末の死〉
 - 〈自殺は防ぐことができる〉
 - 〈自殺を考えている人は悩みを抱え込みながらもサインを発している〉
- 第2 自殺対策の基本的考え方
1. 社会的要因も踏まえ総合的に取り組む
 - 〈社会的要因に対する働きかけ〉
 - 〈うつ病の早期発見、早期治療〉
 - 〈自殺や精神疾患に対する偏見をなくす取組〉
 - 〈マスメディアの自主的な取組への期待〉
 2. 国民一人ひとりが自殺予防の主役となるよう取り組む
 3. 自殺の事前予防、危機対応に加え未遂者や遺族等への事後対応に取り組む
 4. 自殺を考えている人を関係者が連携して包括的に支える
 5. 自殺の実態解明を進め、その成果に基づき施策を展開する
 6. 中長期的視点に立って、継続的に進める
- 第3 世代別の自殺の特徴と自殺対策の方向
1. 青少年
 2. 中高年
 3. 高齢者
- 第4 自殺を予防するための当面の重点施策
1. 自殺の実態を明らかにする
 2. 国民一人ひとりの気づきと見守りを促す
 3. 早期対応の中心的役割を果たす人材を養成する
 4. 心の健康づくりを進める
 5. 適切な精神科医療を受けられるようにする
 6. 社会的な取組で自殺を防ぐ
 7. 自殺未遂者の再度の自殺を防ぐ
 8. 遺された人の苦痛を和らげる
 9. 民間団体との連携を強化する
- 第5 自殺対策の数値目標
- 第6 推進体制等
1. 国における推進体制
 2. 地域における連携・協力の確保
 3. 施策の評価及び管理
 4. 大綱の見直し

特徴的な項目(抜粋)

1-1 自殺をめぐる現状

人の「命」は何ものにも代えがたい。また、自殺は、本人にとってこの上ない悲劇であるだけでなく、家族や周りの人々に大きな悲しみと生活上の困難をもたらし、社会全体にとっても大きな損失である。国を挙げて自殺対策に取り組み、自殺を考えている人を一人でも多く救うことによって、日本を「生きやすい社会」に変えていく必要がある。

1-2 自殺対策の基本認識〈自殺は防ぐことができる〉

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」と明言しているように、自殺は社会の努力で避けることのできる死であるというのが、世界の共通認識となりつつある。

すなわち、経済・生活問題、健康問題、家庭問題等自殺の背景・原因となる様々な要因のうち、失業、倒産、多重債務、長時間労働等の社会的要因については、制度、慣行の見直しや相談・支援体制の整備という社会的な取組により自殺を防ぐことが可能である。

4-2-1 自殺予防週間の設定と啓発事業の実施

自殺や精神疾患についての正しい知識の普及を図るとともに、これらに対する偏見をなくすため、9月10日の世界自殺予防デーに因んで、毎年、9月10日からの一週間を自殺予防週間として設定し、国、地方公共団体が連携して、幅広い国民の参加による啓発活動を強力に推進し、命の大切さとともに、自殺の危険を示すサインや危険に気づいたときの対応方法等について国民の理解を促進する。

4-3-8 遺族等に対応する公的機関の職員の資質の向上

警察官、消防職員等に対して、適切な遺族対応等に関する知識の普及を促進する。

4-8-1 自殺者の遺族のための自助グループの運営支援

精神保健福祉センターや保健所の保健師等による遺族への相談体制を充実するとともに、遺族等のケアに関するガイドラインを作成することにより、地域における民間団体が主催する自助グループ等の運営、相談機関の遺族等への周知を支援する。

4-8-3 遺族のためのパンフレットの作成・配布の促進

遺族のための地方公共団体による各種相談窓口の一覧表、民間団体の連絡先等を掲載したパンフレットの作成と、遺族と接する機会の多い関係機関等での配布を促進する。

(裏面へ続く)

4-9 民間団体との連携を強化する

自殺対策を進める上で、民間団体の活動は不可欠である。宗教家、遺族やその支援者などが、ボランティアとして参加している民間団体の相談活動などの取組は、多くの自殺の危機にある人を援助している。国及び地域の自殺対策において、このような民間団体の活動を明確に位置づけること等により、民間団体の活動を支援する。

4-9-4 民間団体の先駆的・試行的取組に対する支援

地域における取組を推進するため、民間団体の実施する先駆的・試行的な自殺対策を支援する。

5 自殺対策の数値目標

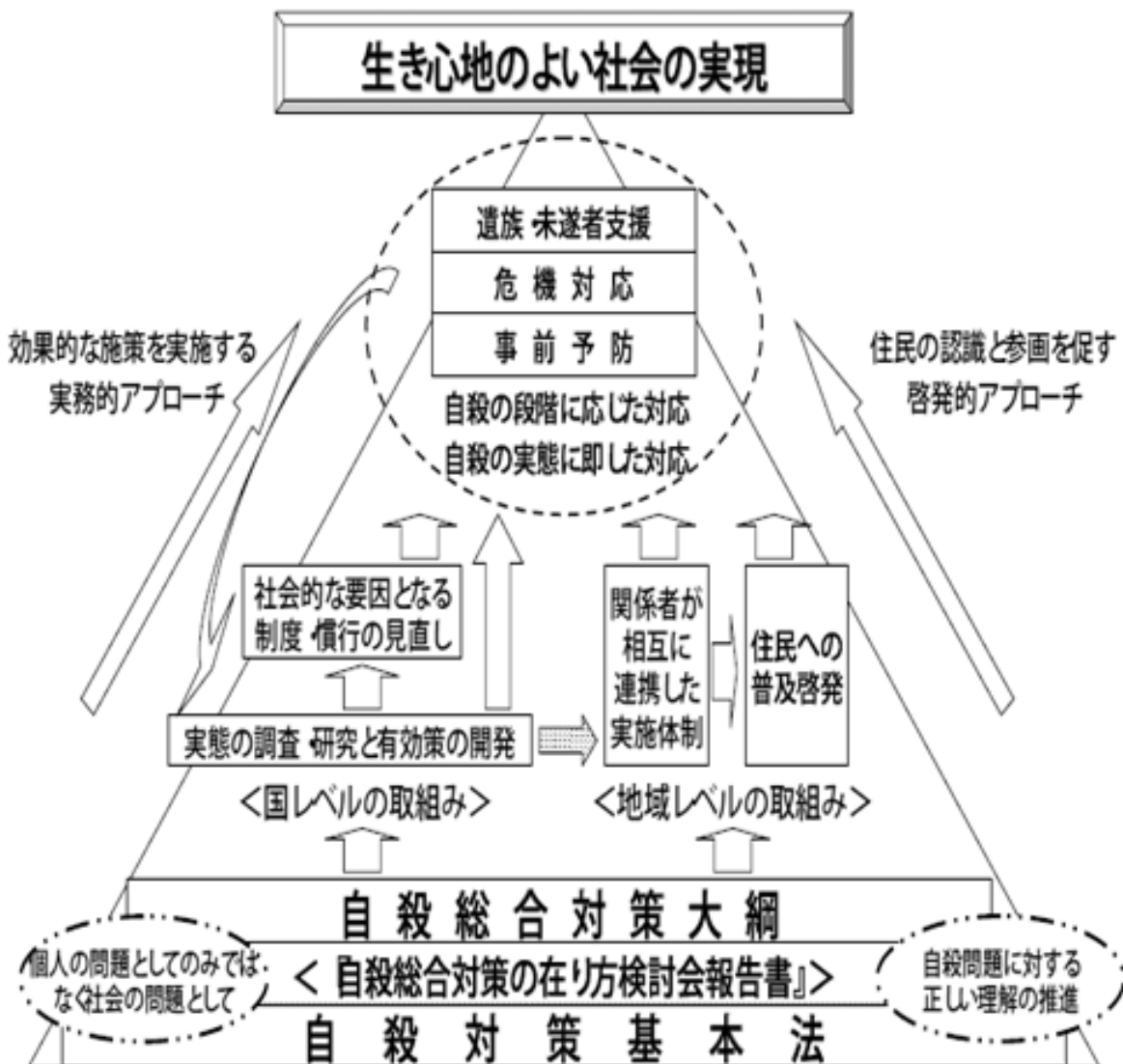
平成28年までに、平成17年の自殺死亡率を20%以上減少させることを目標とする。

なお、自殺対策の目的は、一人でも多くの自殺を考えている人を救うことであり、できるだけ早期に目標を達成できるよう努めるものとし、目標が達成された場合は、大綱の見直し期間にかかわらず、数値目標を見直すものとする。

【自殺総合対策の推進モデル】

内閣府の「自殺総合対策の在り方検討会」で、議論の末に練り上げられた推進モデル図です。「自殺対策基本法」を足掛かりにして、「生き心地の良い社会の実現」をどう目指すのかが、縦の時間軸で示されています。

この推進モデル図を社会全体で共有し、みんなが連携して「社会作りとしての自殺総合対策」に取り組むことができるのか。私たち自身に突きつけられている課題です。



9月10日～16日は「自殺予防週間」