

治療・未遂後のケアが不可欠だということである。これはまさに電話相談の役割である。いのちの電話は国の自殺防止対策が構築される30年も前から心理的な危機への介入を続けてきたし、これは他の追従を許さない役割であることを誇りとしたい。ことに東京いのちの電話は30年にわたって組織内に精神科面接室を設置していたことは、現在は中断しているが、再開を希望したい。このことは、わが国における自殺予防の歴史の中で画期的であったと評価すべきであろう。

いのちの電話相談員はこころの消防士

医療をともなう救命救急は、その専門性のゆえに必要不可欠であるが、それが自殺予防活動の全てではない。自殺防止は医療レベルとコミュニティ（地域）レベルの両面が必要だとするのは、いまや国際的認識である。「自殺総合対策大綱」でもこれが強調され、専門性だけが有効で尊いのではない。換言すれば、専門性は家庭、学校、職場あるいはボランティア・市民活動など地域レベルの社会資源との協働なしには機能しないのである。

海外文献に、いのちの電話相談員はこころの消防士と書かれていたのを覚えている。いのちの電話はプロの救急医療や消防活動の真似はできない。救命救急は時には修羅場があり、時には派手に報道される。一方電話相談活動は地味で人知れず静かな援助活動がなされている。だれにも評価されていないようであるが、実は優れて予防的である。

火災が発生してもその多くは家庭や地域で未然に防がれている。いわゆる初期消火であるが、これはプロも及ばないほど重要な役割である。最近では区市町村レベルで自殺防止活動が展開され始めているが、筆者は最近東京都内と近郊の小学校・中学校で子どもたちを対象に、「いのちの大切さ」をめぐって話をする機会があった。地域での自殺予防教育、そして地域で危機を未然に受けとめてゆく役割こそ自殺防止の基本であるとの認識を強調したいと思う。

（考察：推進委員 連盟常務理事 斎藤友紀雄）

文献：

①内閣府「自殺総合対策大綱」2008年7月30日

②河西千秋、山田朋樹、中川牧子「救命救急センターを拠点とした自殺予防への取り組み」

Depression Frontier 2007 Vol.5 No.1

2. 公開講座の実施

(1) 実施一覧表

センター	講座実施日	テーマ	講師	職業	参加人数
旭川	2008.01.26 (土)	子どものいのちを見つめて	今川民雄	北星学園大学社会福祉学部教授	200
北海道	2008.02.09 (土)	生きる意味を問う自殺予防活動 自殺率日本一の秋田からの報告	稲村 茂	笠松病院長 精神科医	160
あおもり	2007.12.02 (日)	いのちと共に～コミュニティの力	福山清蔵	立教大学コミュニティ福祉学部コミュニティ政策学科教授	60
盛岡	2007.11.24 (土)	いのちあってこそ～再び生きる喜びを見出すために	佐藤初女	森のイスキア主宰	160
仙台	2008.01.26 (土)	こころに響くいのちの言葉	葉 祥明	絵本作家、詩人	310
福島	2007.11.18 (日)	こころのサインを聴く	田中邦子	埼玉いのちの電話理事	82
新潟	2007.11.30 (金)	ドアを開けてふみだす一歩 障がい者相談員として思うこと	松永秀夫	新潟県視覚障害者福祉協会理事長	126
長野	2007.11.24 (土)	共に創る地域社会	三木正夫	前長野県社会部厚生課長 現須坂市長	24
	2007.12.15 (土)	人間復活への道標	巽 信夫	信州大学病院メンタルヘルス外来専門医 いのちの森文化財団理事	54
群馬	2007.08.04 (土)	生と死の間で	鈴木育三	群馬いのちの電話研修顧問	70
	2007.10.06 (土)	いのちの電話の働き	樋口和彦	日本いのちの電話連盟理事長	100
栃木	2007.11.24 (土)	自殺予防の心理学 「あなたも一人ではない」と伝えるために	碓井進史	新潟青陵大学教授	156
茨城	2007.10.13 (土)	生きている、それだけで素晴らしい 眠れる遺伝子を目覚めさせよう	村上和雄	筑波大学名誉教授	213
埼玉	2008.01.19 (土)	人生を楽しく生きるために	村瀬幸浩	元高校保健体育教師、一橋・津田塾・東京女子大学「セクソロジー」 講師 <人間と性>教育研究協議会幹事 日本思春期学会理事	230
千葉	2007.12.02(日)	あなたに伝えたいことば 「生きることの意味と人生の目的」	葉 祥明	絵本作家、詩人	200
東京	2007.09.22(土)	こころに響くいのちの言葉	葉 祥明	絵本作家、詩人	158
東京多摩	2007.11.30 (金)	自殺予防はみんなの仕事	斎藤友紀雄	日本いのちの電話連盟常務理事、日本自殺予防学会理事長	50
川崎	2008.02.15 (金)	いのちみつめて～子どもたちに教えられたこと	細谷亮太	聖路加国際病院副院長 小児総合医療センター長	170
横浜	2007.08.04 (土)	家族の援助について考える うつ病からの社会復帰	山口律子	MDA (うつ・気分障害協会)代表	119
山梨	2008.02.02 (土)	自殺と遺族	福山清蔵	立教大学コミュニティ福祉学部コミュニティ政策学科教授	102
静岡	2008.11.10 (土)	やまない雨はない	倉嶋 厚	元気象庁予報官	90
浜松	2008.02.16 (土)	働き盛りの自殺を防ぐために	高橋祥友	防衛医科大学校教授	120
岐阜	2007.10.20 (土)	子どもの自死を防ぐために	星 聡	精神科医	61
名古屋	2007.09.08 (土)	生きる	中田新一	映画監督	323
三重	2007.11.25 (日)	なぜ自殺予防が求められるか 遺された家族の思いを伝えたい	吉川武彦	中部学院大学大学院教授	75
京都	2008.02.02 (土)	日本人と死生観	山折哲雄	元国際日本文化研究センター所長	185
神戸	2008.02.02 (土)	再び生きる喜びを見出すために	佐藤初女	森のイスキア主宰	153
はりま	2007.11.25 (日)	心を歌う	多田周子	歌手	271
和歌山	2008.02.16 (土)	元気に笑って100歳まで生きよう	北畑英樹	医療法人弘生会老寿サナトリウム理事長	110
鳥取	2007.10.27 (土)	本当はみんな生きたいんや	茂 幸雄	心に響く文集 編集局代表	108
島根	2008.02.16 (土)	子どもの生きる力を育てる 小中学生の自殺増加を懸念して	園山士肇	NPO法人劇団あしづえ理事長	55
岡山	2008.11.10 (土)	聴くことの重さを分かち合って	金 香百合	HEALホリスティック教育実践研修所所長	210
広島	2008.02.03 (日)	いのちを支えるもの	林 章敏	聖路加国際病院 緩和ケア科医長	160
香川	2008.02.02 (土)	いのちについて	早川一光	総合人間研究所所長	1,293
愛媛	2008.02.02 (土)	いきいき人生～うつ病を体験して	小川 宏	元アナウンサー	180
北九州	2007.08.25 (土)	ギャンブル依存とたたかう	徳木達生	作家 精神科医	400
福岡	2007.09.01 (土)	自殺！？ちょっと待って！ 思いとどまってもらうために	夏樹静子 斎藤友紀雄	作家 精神科医 日本いのちの電話連盟常務理事、日本自殺予防学会理事長	320
佐賀	2007.10.12 (金)	自死遺族の悲嘆の特徴とそのケアのあり方	平山正実	聖学院大学大学院客員教授、グリーフケア・サポートブラ ザ理事長	120
長崎	2007.11.24 (土)	働き盛りの自殺予防～こころの風邪に気づけて	高橋祥友	防衛医科大学校教授	119
熊本	2008.02.24 (日)	私の取材ノート～自殺防止の現場から	本田清悟	熊本日日新聞社記者	125
大分	2007.09.22 (土)	自殺対策を考える～自死遺族支援の現場から	山口和浩	NPO法人自死遺族支援ネットワークRe代表	250
沖縄	2008.02.21 (木)	水際の闘い～東尋坊の自殺予防	茂 幸雄	心に響く文集 編集局代表	150
		死なないでください～自死遺族の話	川越 みさ子	心に響く文集 編集局 事務局長	
40センターで公開講座開催					合計 (参加者数) 7,622

(2) 実施状況とふりかえり

自殺予防のために一般市民を対象とする公開講座が各いのちの電話で開催された。

その「ふりかえりシート」をもとに実施状況をふり返ってみた。

講師の人選について

共に創る地域社会・いのちを支えるもの・いのちの大切さを、専門家の医師・死に直面した人の心のケア（緩和ケア）の大切さ・自死遺族ケアを周知し関心を持ってもらうために自死遺族の立場から、長年の地道な活動をされているグループの代表、自殺予防に取り組む現場から日常について、絵本作家により、知識を押しつけるかたちではなく、心に灯るあたたかい言葉を通じて命の大切さ、重さについて、自殺予防活動を社会に周知し、理解を深めることを意図し、自殺予防に何が大切か、どのように取り組むか考え 課題・テーマ・人選がなされた。

参加者の反応・意見等について

多くの聴衆がいつの間にか引き込まれ、和やかな雰囲気の中に、自殺予防に取り組むことの大事さを受けとめていた。来場者の年齢層が幅広かつことも印象的。アンケート回収からも、現場での体験を交えわかりやすくよく理解できた。地域の中での人々の支え合いの大切さが必要と感じた。心に優しく、ひとつひとつの言葉の大切さ、伝えることの大切さを学んだ。鬱病についての理解が深まった。元気がでた。自殺は皆で防がねばならないと強く思った。貴重な体験談が聞けて有意義だった。再度話を聞きたいとの声も寄せられた。

広報活動について

地域での連携の意味も含め後援を受けたポスター・チラシを人の出入りのある市民会館・公民館・図書館・大型スーパー店舗・郵便局等に集中的広範に配布した。新聞社・TV局・ラジオ局に報道要請を行った。社会福祉協議会・精神保健福祉センター・小中高校へチラシ配布。インターネットでの紹介。地域の相談員が中心となりPR活動を行った。フリーダイヤルのチラシの裏面に印刷して配布。PRには毎年かなりの労力と時間を要している。

全体として良かったこと

シリアスな講演の内容にもかかわらず、自殺予防が何故大切かを訴えることができた。講師の知名度から多くの参加者があった。手話通訳・乳幼児連れの家族にも、親子室を使用して対応した。内容も豊富な事例を挙げ具体的で、参加者の方にも理解してもらえた。

多数の相談員が準備・運営にたずさわり、準備に時間をかけたためスムーズに進行された。

自殺防止・予防の関連諸機関ネットワークによる活動ができ、若い方の参加者も多く、啓発活動として意義があった。公開講演会が定着し、参加者が増えた。「自殺予防いのちの電話」の活動について理解・支援を深める事ができた。

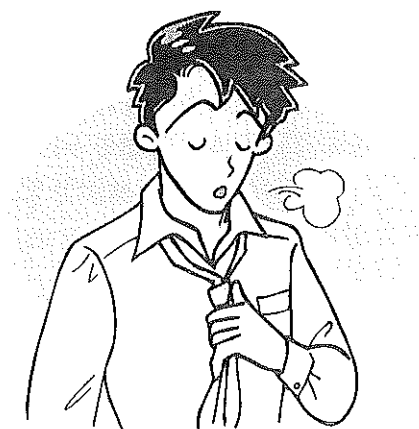
全体として気になったこと

自殺予防のような地味なテーマをどのように社会に訴えたらよいか、今後の課題と思う。定員以上の申し込みがあり、お断りする方が多数いたこと。多くの一般市民の方に参加して頂くため開催日・会場の確保 企画・センターの他の事業との調整に苦労した。広報に努力したにもかかわらず、予想より参加人数が少なかったセンターもみられた。

その他の意見（参加者の声等）

- 自殺予防をテーマとした講演会をいのちの電話単独で継続し実施するのはなかなか困難であるが、行政・各団体からの支援もあり、実施することができた。
- 豊富な事例を紹介され、「わかりやすかった」という感想が多く、参加することで、自殺予防に関心がより一層高まった。
- 参加者の集まりやすい時期や交通の便の良い会場で、駐車場の確保等の配慮が必要である。
- 今後取り組んで欲しいテーマとして「うつ病と自殺」・「いじめ自殺」・「自死遺族のケア」等の希望もあった。
- フリーダイヤル・いのちの電話DVD（補助事業作成）の上映で、広報ができ、又いのちの電話への支援の声も多くあった。

今後も市民の参加が得られる会とするために何が必要かを考えていきたい。



Ⅳ その他自殺防止のために必要な事業

自殺防止補助事業のための委員会設置と各種会議開催

このフリーダイヤル「自殺予防いのちの電話」を実施するに当たり、日程変更等について、一昨年から二年間協議を重ねた。会議は全国いのちの電話センターの事務局代表者が集まり、具体的スケジュールや内容、方法等について協議し、合議の上で事業推進を計画した。実施する最終段階では、全国代表者会や各センターの代表者を対象に補助事業説明会（拡大推進委員会）を開き日程変更の確認を行った。

今年度は以下のような会議を開催した。

- | | | |
|---------------------|--------------|---------------|
| 1. 全国代表者会 | 3月7日（金）京都で開催 | |
| 2. 拡大推進委員会（補助事業説明会） | | |
| | 6月1日（金）東京で開催 | 6月30日（土）福岡で開催 |
| 3. 補助事業推進委員会 | 6月、9月、2月 | 計3回開催 |
| 4. 各部会代表者会議 | 7月、11月、12月 | 計3回開催 |
| 5. 推進委員会総務部会 | 4月～3月まで | 計6回開催 |
| 6. 〃 広報部会 | 4月～3月まで | 計5回開催 |
| 7. 〃 研修部会 | 4月～3月まで | 計3回開催 |
| 8. 〃 財務部会 | 4月～3月まで | 計5回開催 |
| | | 以上 合計28回 |

その他の関係機関からのご協力が次のようにあった。

◎ NTTコミュニケーションズ

フリーダイヤル「自殺予防いのちの電話」を開始して以来、着信率アップにつながるよう回線状況の設定に絶えず尽力くださった。また、インテリジェントサービス導入に際しては、基本料金をはじめとして通話料金には格安の提供を受けた。さらに来期はこれまで以上の要請に応じてくれた。

自殺防止補助事業推進委員会

- | | |
|-------|---|
| 委員長 | 榊原高尋（横浜いのちの電話理事長） |
| 副委員長 | 近藤俊朗（川崎いのちの電話理事長） |
| 副委員長 | 白井徳満（東京いのちの電話理事長） |
| 事務局長 | 岡本正子（日本いのちの電話連盟事務局長） |
| ・総務部会 | ◎谷口尋子（埼玉） 西崎猛之（横浜） 灰谷由利子（千葉） 佐合信子（東京） |
| ・広報部会 | ◎松村 隆（長野） 八尾和彦（関西） 岡田良子（川崎）
本田登代子（仙台） 金子久美子（福島） |
| ・研修部会 | ◎平田真貴子（京都） 田中邦子（埼玉） 渋谷志保子（新潟） 服部庸子（茨城） |
| ・財務部会 | ◎大川宏幸（東京多摩） 岡本正子（連盟事務局長） 常廣澄子（連盟事務局） |
| ・事務局 | 斎藤友紀雄（連盟常務理事） 岡本正子（連盟事務局長）
◎八尾和彦（関西） 常廣澄子（連盟事務局） |