

「自殺防止センターの取り組み」 東京自殺防止センター西原由記子
活動の中心は電話による相談夜中を中心 (2012年5月現在)

年中無休で夜8時から翌朝6時までの10時間を4本の電話で相談を受けている。

(本来24時間の相談を受け付けねばならないが、現在ボランティアが60名余で不足。) 一日を4つに分けて4時間、2時間を重ねて訓練を受けたボランティアが月に3回を原則に担当している。危機的な相談があるので、担当時間は必ず2人が配置。交代時間にコーラー情報(相談者)の引き継ぎや、ボランティア同士の配慮を心がけている。相談は1日30件から40件あり多い時には50件、そのほとんどが「死にたい」という訴えであり、治療を受けている人が半数以上。(火曜日のみ夕方5時から活動(公的機関終了後))

緊急訪問 相談中に緊急出動をする場合がある。これは、いのちの危険が迫っているようなときに、本人の許可を得てその人の所まで出かける。この場合、必ず2人以上で出かけます。危険状態の人からの電話を受けているボランティアに対してもう一人のボランティアと相談し、リーダーに連絡し、緊急出動を要請する仕組みである。

面接相談 十分な時間を取って相談したい人や、会って相談したい人がいる場合、時間を決めて面談を勧める。しっかり訓練したボランティアは面接相談もできる能力を持っている。緊急性の高い相談者にも面接相談。(自殺未遂をした直後のコーラーや自殺者遺族)

エバグリーン集い 自殺者遺族は様々な思いで過ごしているため、安全かつ安心してお互いに辛い体験を語り合う場として1999年から始めて2012年4月で148回。毎月最後の日曜日の午後に開催。平均して10人から20人が、秋田など遠くから関西大阪神戸などから集まったが最近では東京・さいたま・神奈川県・の参加。ライフリンクなどから紹介やセンターのホームページを見て参加。(参加費無料)

コーヒーハウス 人間関係に疲れ、うつになった人や統合失調症などで孤独で友人がいないなどを抱えている人たちが集まり、お互いに話し合う場としてコーヒーを飲みながら過ごすプログラム。毎週火曜日の午後と金曜日の夜の2時間。会費200円。集まっている人の中に自殺未遂者が30代の男性もいる。毎回10人程度の参加。

今後の課題 アウトリーチプログラムとして、自殺未遂者への集い(やじろべえの会) 教育的プログラムとして学校への働きかけが必要である。2011年北日本震災が起こり、メンタルケア活動を展開。精神的に追い詰められている方々への感情的サポートを展開。以上、自殺防止センターの紹介、どんなに心がけていても、ほんの隙間から自殺は起こります。現場で私たちにできることを見極めて活動。民間団体との横の連携・公的機関との連携をきめ細かくする。未遂者ケアは連携する必要課題

要するに自殺予防・防止は包括的な取り組みが重要であることを自覚。公的機関との協力はアプローチ・連携・組織としての切っ掛けをどのように工夫が必要であるかを考え改善必要すべき点など。サポートを必要としている人を中心に動く体制をどう構築するか?

大和・藤沢自殺予防ネットワークの活動について

【大和・藤沢自殺予防ネットワークの概要】

- 事務局：神奈川県藤沢市；代表：長見英知；組織：正会員 62 名、準会員 10 名、特別会員 1 名
- 活動目的：大和市及び藤沢市に勤務する精神保健福祉士を中心に、看護師・保健師・心理士、作業療法士、医師、社会福祉士等の保健・医療・福祉の専門職と行政の自殺対策担当者、および専門職を目指す学生が集まり、学習会と事例検討を通じて自殺予防に関する知識・技術を学び、また顔の見えるネットワーク活動として連携を促進することを目的としている。最近、横浜市、川崎市などからも参加者があり、また司法書士等の新たな専門職の参加もあり、活動地域も拡大しつつある。

●活動内容

1. 月例会(毎月 1 回、大和、あるいは藤沢市内で実施；内容は、事例検討会、基調レクチャーと学習、ゲストの講話、情報交換)
2. 行政や他専門職能団体の主催の啓発活動・研修会等への協力(やまと自殺対策フォーラム実行委員会委員として 2 名派遣)
3. 大和・藤沢地域を超えた広域研修会の開催(保健・医療・福祉専門職能団体との共催、平成 23 年度自殺対策国庫補助事業を含む)
4. メーリングリストを活用した会員相互の情報交換と相談対応
5. 学術集会における講演活動(シンポジウム等)、および一般演題発表
6. 専門職を対象とした自殺予防教育の効果に関する調査・研究

4. 【自殺総合対策大綱改定に向けての意見：日頃、課題として感じていること】

1. 当ネットワークでの調査・研究により、自殺予防対策に関する体系的かつ継続的な学習、及び事例検討やスキル・アップなどの参加型研修は、知識の向上だけでなく自殺に関連する相談対応におけるストレスや困難感の低減に有効であることが知られている。私たちの活動のようなグッド・プラクティスが、内閣府や関係省庁を通じて広く専門領域や行政、そして地域住民の間に知悉され、研修モデルとして普及していくための助力をいただきたい(内閣府の白書公表や自殺予防総合対策センターの HP だけではなかなか社会に拡がらないと感じている)。
2. 「誰でもゲートキーパー」は確かに大事なコンセプトであるが、その前に、保健・医療・福祉従事者や相談窓口業務として対人援助を行っているものに対する体系的、かつ継続的な教育をしっかりと行っていくことが最重要であり、それを可能とするような法令・体制の整備が必要と考える。
3. 上記 2 に関連して、保健・医療・福祉専門職を目指す学生の教育カリキュラムの中に自殺予防対策学が必修化されることを強く望む。
4. 民間団体に対する経年的支援を希望する。単年度では中・長期的な計画を立てることが難しく、活動の質を高めたり展開していくことが難しい。
5. 医療・保健・福祉専門職の業界内部でも自殺予防対策に関わる専門家や人材が乏しく、活動をするものにはかなりの負担がある。活動家は十分に力を尽くしているのに、さらなる負担や苦勞を強いられるようにならないようにと切に願う。
6. 大綱改定よりも前に、まず大綱に書かれたことが実践されているのか、そしてその実践活動は実際に有効だったのかということをもとに科学的に検証していただきたい。なお、精神科医療を支援する人材の育成や精神医療の体制整備などについてはほとんど大綱公表前と変わっておらず、コメントが公に自殺予防対策に関するための制度や雇用がない。
7. 統合失調症や身体疾患をもつ方の自殺予防対策への取り組みが不十分だと感じる。遺されたかたへのケアの技術も、多くの専門職はもっていない。

特定非営利活動法人ほほえみの活動について
(地域自殺対策緊急強化基金活用)

【団体の概要】			
団体等名	特定非営利活動法人ほほえみ	代表者	田口直人
団体所在地	新潟県十日町市		
設立年月日	平成22年3月5日	会員数	554人
活動目的	十日町市地域において、人と人をつなぎ支え合いの心を育てながら、安心・安全でいつまでも豊かに暮らし続けられる支援活動を行い、福祉の増進とまちづくりに寄与することを目的とする。		
活動内容	<p>○普及啓発活動 広報媒体を作成し啓発活動を行いました。 ・マグネットステッカー ほほえみ所有車3台及び理事私有車に貼り啓発活動を行いました。 ・自殺防止カレンダー（平成24年度版） 十日町市川西地区全戸及び関係機関へ配布 ・のぼり旗（通年掲示） ・自殺防止広報入りポケットティッシュ ・自殺防止広報入りクリアファイル 広報媒体を活用し、地域イベント等における啓発活動及び情報発信。 ハイリスク者の発見及び専門機関への連絡等。声かけ運動。など</p> <p>○人材育成事業 人材を養成することによる、会員の自殺対策に対する意識の向上をめざし、秋田グリーンケア研究会涌井真弓様をお迎えして研修会を開催。</p>		
【自殺総合対策大綱策定にむけての要望・意見】			
<p>○自殺は様々な要因が複雑に関係して起きると考えられる。 NPO 法人等は継続した啓発活動を行い、自殺予防の気運の醸成を高めることへの一役を担ってきているが、広く浅くとなってしまう活動状況に限界を感じている。 表面的な事業だけではなく、一步踏み出した事業展開が必要であり、今後は行政とNPO 法人等が連携を強めていく必要があると考える。(NPO 法人等への見守りをする人の情報提供など。) こうした連携について具体的に大綱に盛り込むことは可能か。</p> <p>○地域（市町村）に保健師、精神保健福祉相談員の人数が少なく、ハイリスク者の発見が難しい現状である。 地域と密接にかかり合い、適切な対応に結びつけていくことが自殺対策にもっとも重要だと考えられる。市町村への人件費の補助を行い、対応ができる人数の確保（保健師、精神保健福祉相談員）をお願いしたい。</p>			