



団体名：とやまcocolo会 活動地域：富山県

活動目的

自殺は人と人とのつながりが失われていく過程から発生するという観点に立ち、一人一人が明確に生きる意思を持つことで、元気になり、また元気付けられる活動を行うことが、地域に根ざした自殺予防活動であると考え、人材育成講座を開催している。

活動内容

< 地域自殺対策緊急強化基金活用事業 >

こころのサポーター養成講座

座学とワークショップを組み合わせた講座を実施。座学では自殺を巡る現代社会の状況や、うつ病の実態、そして身近な人(民間団体・個人)が様々な活動を行っている事例を紹介する。この座学に併せたワークショップでは、受講者が具体的な活動を行うことができるよう起業型のワークショップを行っている。

この成果として、講座修了生が新規に5団体を設立し、自殺予防活動に取り組んでいる。

ピア・カウンセラー養成講座

上記講座の後続講座として、特に団体活動を行わずとも、身近な人への接し方を学ぶ場として、同講座を開催。これは誰も心に重荷を持った経験があり、その経験を活かすことで、同じ苦しみを持つ者に共感し、悩みを共有することができるといったことを学ぶ。

同講座の修了生が「日本ピア・カウンセラー協会」が設立・活動を展開している。単なるやりっぱなしの講座ではなく、講座修了生が実際に行動を起こしていくことが大切と考えている。

自殺対策への意見

- ・本当に助けが必要な人ほど公の場に出ることが困難であり、こうした人に必要な情報を届けることも困難である。
- ・本会は、県の委託事業を受けており、事業のPRや実施にあたって、県職員の積極的な関わりやサポートもあるため、きめ細やかな情報提供も実施でき、大きな力となっている。
- ・情報化社会の進展に伴い、今回の大綱改正について、当会が意見を述べることは画期的なことだと感じている。
- ・同じように、情報化社会の進展のために、会社や地域、家庭内でさえ、コミュニケーションが行われない事態も見受けられる。
- ・人と話すことが生きる力にもなり、また、ストレスを生む原因にもなる。結果を分かちコミュニケーション能力について、今一度、考えたいと思う。