

## 特集1

# ほっかいどう自殺予防と自死遺族支援のためのシンポジウム

～今、私たちにできること～

平成20年3月2日（日）北海道と札幌市が主催となり、札幌市内にあるWEST19を会場として「ほっかいどう自殺予防と自死遺族支援のためのシンポジウム～今、私たちにできること～」を開催しました。

これは、官民合同の自死遺族支援全国キャラバンプロジェクトの一環として開催されたものであり、内閣府と自死遺族支援全国キャラバン実行委員会の後援を受けています。

我が国の自殺者が平成10年以降3万人を超える状態が続いているのは、個人だけの問題ではなく個人を取り巻く社会の問題でもあるとの観点から平成18年自殺対策基本法が成立し、内閣府における自殺総合対策の在り方検討会の開催を経て、平成19年6月に自殺総合対策大綱が策定されました。

シンポジウムには約170名の方にご参加いただき、多くの方に自殺予防と自死遺族支援について考えていただく機会になりました。

### 【プログラム】

#### ◆自死遺族からのメッセージ

#### ◆シンポジウム「自死遺族支援～今、私たちにできること～」

○シンポジスト：吉野 淳一氏（癒しの会代表・札幌医科大学保健医療学部看護学第三講座教授）

縄井 詠子氏（十勝保健福祉事務所子ども・保健推進課長）

築島 健氏（札幌こころのセンター所長）

山口 和浩氏（NPO法人自死遺族支援ネットワークRe代表）

清水 康之氏（NPO法人自殺対策支援センターライフリンク代表）

○コーディネーター：市川 淳二氏（北海道精神保健福祉センター相談研究部長）

#### ◆自死遺族のための相談会

### 自死遺族からのメッセージ

母親を亡くされた藤本佳史さんからのメッセージの要旨をご紹介します。

「救えなくてごめん」、「死なないうでほしかった」という2つの思いを持っている。

母を亡くしてから自分を責める気持ちや母親に対する職場の対応への怒りの感情があり、押しつぶされたくないという思いから新しい目標を見つけていこうと思った。

気づいてくれた友人がいて、全身で受けとめてくれたことが心の支えとなった。

それでも自分を責める気持ちは相変わらず続いていたが、あしなが育英会とのつながりができ、ボランティアスタッフにも会うことができた。

遺族には安心して語って良い場所があると広めていくことが大切で、遺族の会を広めていく必要があると考えている。

自分には話を聞いてくれる人、ライフリンクの人、友人がいる。

自分が生の声で話すことが自死遺族支援につながればと思っています。



### 自死遺族シンポジウム

5人のシンポジストにそれぞれの立場から地域での自死遺族支援の取組みについて紹介していただいた。最初に、札幌市での「癒しの会」の取組みについて吉野淳一さんに、次いで、帯広市での「そよ風の会」の取組みについて縄井詠子さんに、「行政」の取組みについて築島健さんに、長崎県での「分かち合いの会」の取組みについて山口和浩さんに、全国でのNPOの取組みについて清水康之さんの順に発言をいただいた。引き続きフロアの参加者も含めてシンポジスト間で活発な討論が行われた。以下に討論を含めた発言・発表の概要を記す。

吉野淳一氏：1996年から自死遺族の思いを語る集い「癒しの会」が始まった。個別の面接が良いという方もいるだろうが、それぞれの心境を語る場所があっても良いのではないかと考えた。振り返ってみると、人の想像を絶する苦悩を抱え、それを越えた家族のたくましさに教えてもらうということであった。現在は研究より地域貢献という比重が高まっているが、学会発表もしながら匿名性を保ち「癒しの会」をいかに安全に運営して行くかを考えている。

縄井詠子氏：家族を（自死）で亡くされた方が、亡くなった人のことや自分のことを同じ体験をしている人と話をしたいということから平成18年に会が始まった。保健所が用意したのは場所とコーディネートで、大事にしたのはそこで安全・安心して話せるということ。自死遺族は支援しなければならない人たちではなく、彼ら自身がどうやって生きて行くか、もう一回自分の身に振り返って他の人たちと一緒に考えて行く、ともに生きて行く時間が会にもうけられたと思う。

築島 健氏：行政の第一は自殺の実態を明らかにすることで、警察や保健所の持っている情報を自殺予防という形で共有することが行政の課題である。自殺対策をこころの問題の専門家と当事者だけのものにしてはならず経済・金融対策、雇用対策、一般医療対策、あるいは交通対策など関係機関との連携も重要である。例えば札幌市の交通局が地下鉄乗客の安全のためにホームの防護策を作ったが、これは自殺予防としても意味がある。

山口和浩氏：中学生の時に父親を自死で亡くしている。「分かち合いの会」を2007年に長崎で始めた。自死遺族支援には生活支援（生活保護、労災、奨学金、法的支援等）と心理的支援（分かち合いの会、医療など）の両方がある。（自分の場合）父が亡くなって借金の電話が止まり少し安心して生活できたこと、遺族は自分が楽しんだことを話してはいけないと思っていることなどを自死遺族ではない人にも知ってもらいたい。

清水康之氏：あしなが育英会の遺児に取材して「お父さん死なないで」というNHKクローズアップ現代の番組を放送した。しかし、政策として動いてこなかったのが、自死遺族ではないけど自分自身がその現場に入って行こうと2004年にライフリンクを立ち上げた。基礎データとして実態を明らかにしなければならない。自殺予防と遺族支援を柱とする自殺対策は、見方を変えると「生きる支援」や「いのちへの支援」であり、「自殺総合対策」とは地域作り・社会作りでもある。

シンポジスト間の討論：清水氏の「自殺の実態調査は行政にはできない」（前述）との発言に対し、築島氏より「遺族の方に聞いて行く調査だけに非常に慎重にやらざるをえない。警察や保健所など行政の持っている情報を提供することで民間を応援したい。」と答えた。清水氏は「厚生労働省の心理学的剖検はあまりに精神的な要因の解明に重きを置き過ぎていて協力してくれる遺族も少ないようだが、ライフリンクの行っている実態調査は関係者や遺族から多くの協力が得られている。」と発言した。

フロアからの発言：1. 自殺者数の減少の数値目標は達成できるのか。清水氏から「10年間取り組んだ結果フィンランドでは30%減、秋田県（モデル地区）でも減っている。2. 遺族とそうでない人たちとの関係について。山口氏から「（自死遺族の問題を）体験のない人たちに受け入れてもらうことは非常に難しい。」と、築島氏から「遺族ではないけど考えたいという思いの方が今日これだけ参加している。」と、清水氏から「誰もがする死別体験でもある。」と発言。3. 一年前に妻を自殺でなくした教員。自殺を教育の視点からも考えて欲しい。



### 自死遺族のための相談会

シンポジウム終了後に当センターと札幌こころのセンターとの共催で「自死遺族（＝大切な家族や友人を自死で亡くされた方）のための相談会」を行った。今回のような講演会やシンポジウムにリンクした自死遺族のための相談会は当センターとしては初めての試みであった。相談会について多くの問い合わせを受け、当日受付も実施したが、予約のキャンセルもあり、実際の相談件数は必ずしも多くはなかった。自死遺族によっては公的機関に相談することの戸惑いもあるかもしれず、今後の自死遺族支援の検討課題と思われた。