

さを抱えて「孤独」である場合や、社会とのつながりが少なく「孤立」しているが、不安や悩み、寂しさを抱えていないため「孤独」でない場合（ただしその場合でも、セルフネグレクト等本人の健康に問題が生じたり、家族など周りの方が困難を抱えている場合も想定される）など、孤独・孤立に関して当事者や家族等が置かれる具体的な状況は多岐にわたり、孤独・孤立の感じ方・捉え方も人によって多様です。

本計画では、「当事者等が望まない孤独」と「孤立」を対象に、当事者や家族等の状況等に応じて多様なアプローチや手法により対応することが求められる、とされています。

○ 『孤独・孤立対策の重点計画』の基本理念

『孤独・孤立対策の重点計画』によると、孤独・孤立は、「人生のあらゆる場面において誰にでも起こり得るもの」で、「当事者一個人の問題ではなく、社会環境の変化により、当事者が孤独・孤立を感じざるを得ない状況に至ったもの」とされています。「人間関係の貧困」とも言える孤独・孤立の状態は、心身の健康面への深刻な影響や経済的な困窮等の影響も懸念されており、孤独・孤立は命に関わる問題で、当事者の自助努力に委ねられるのではなく、社会全体で対応しなければならない問題と明記されています。これは、自殺対策基本法の自殺に対する考え方と同様の考え方です。

○ 孤独・孤立対策の基本方針

孤独・孤立対策の基本方針では、4つの柱からさらに分類して、具体的な施策を掲載しています。4つの柱と、それぞれの下位項目は以下になります。

【1】孤独・孤立に至っても支援を求める声を上げやすい社会とする

- 1.孤独・孤立の実態把握
- 2.支援情報が網羅されたポータルサイトの構築、タイムリーな情報発信
- 3.声を上げやすい・声をかけやすい環境整備

【2】状況に合わせた切れ目のない相談支援につなげる

- 1.相談支援体制の整備(電話・SNS相談の24時間対応の推進等)
- 2.人材育成等の支援

【3】見守り・交流の場や居場所を確保し、人と人との「つながり」を実感できる地域づくりを行う

- 1.居場所の確保
- 2.アウトリーチ型支援体制の構築
- 3.保険者とかかりつけ医等の協働による加入者の予防健康づくりの推進等
- 4.地域における包括的支援体制の推進

【4】孤独・孤立対策に取り組むNPO等の活動をきめ細かく支援し、官（官庁）・民（民間企業）・NPO等の連携を強化する

- 1.孤独・孤立対策に取り組むNPO等の活動へのきめ細かな支援
- 2.NPO等との対話の推進
- 3.連携の基盤となるプラットフォームの形成
- 4.行政における孤独・孤立対策の推進体制の整備

上記のそれぞれの項目に、対象者を「学生」「フリーランス」「求職者」「障がい者」「生活困窮者」「犯罪等の被害者・加害者」「外国人」「高齢者」「被災者」「刑務所出所者」など細かく分類した対象者ごとに担当を振り分けて、それぞれの対象に向けて現状はどのような取り組みをしているか、今後必要としている課題は何か、今後何を目標としてどのような対策を行う予定でいるか等が述べられています。各担当について一例を挙げると、「【1】孤独・孤立に至っても支援を求める声を上げやすい社会とする」の「3.声を上げやすい・声をかけやすい環境整備」では、「支援情報検索サイトの運用、自殺対策に係わる広報の制作・実施業務」は厚生労働省、「児童生徒の自殺予防」は文部科学省、「人権相談」は法務省が担当しています。

試みとしては新しいものなので、既存の取り組みを利用してすでに手厚いサポート体制が整っている分野と、新しく取り組んでいく分野の差が大きく、対策としては発展途上な部分が見られます。しかし、少しずつでもあらゆる対象に孤立・孤独への予防施策が広がっていけば、孤立・孤独に苦しむ人が減り、ひいては自殺予防にも繋がるはずです。現に、孤立・孤独予防施策の中には「児童生徒の自殺予防」や「自殺対策の取組の強化」という項目も含まれています。今後双方が影響し合い、誰もが安心して生活できる社会に近付けていくことが期待されます。

孤独・孤立対策担当室のホームページも公開されており、様々な制度や相談窓口も紹介しているので、こちらをご覧ください。

あなたはひとりじゃない 内閣官房 孤独・孤立対策担当室 <https://www.notalone-cas.go.jp/>

○参考・引用

孤独・孤立対策の重点計画（令和4年12月26日孤独・孤立対策推進会議決定），内閣官房，https://www.cas.go.jp/jp/seisaku/juten_keikaku/r04/jutenkeikaku.pdf

内閣官房 孤独・孤立対策の重点計画（令和4年12月26日孤独・孤立対策推進会議決定），https://www.cas.go.jp/jp/seisaku/juten_keikaku/r04/index.html

【3】お知らせ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・

◇ 精神保健福祉センターでは、こころの電話相談を次の時間帯で行っています。

月曜から金曜日 9:00～21:00

土曜日祝日（12月29日～1月3日を除く） 10:00～16:00

Tel : 0570-064-556

※ご相談の電話が集中しますと、つながりにくい状態になりますがご了承ください。

◇ 現在北海道でも、こころのSNS（LINE）相談が開設されています。

詳しくは、下記のリンクをご覧ください。

北海道こころの健康 SNS 相談窓口：<https://www.pref.hokkaido.lg.jp/hf/shf/linesoudan.html>

◇ ホームページをご覧ください

北海道地域自殺対策推進センターのホームページを開設しています。最新の北海道の状況を掲載しており、より情報を見やすく、分かりやすくお伝えできるよう心がけています。また、Andante のバックナンバーへのリンクもございますので是非ご覧ください。

ホームページ URL : <https://www.pref.hokkaido.lg.jp/hf/sfc/a0002/>

◇ メールマガジンのご登録内容の変更や解約手続きにつきましては、以下のリンクから行っていただけます。

北海道のメールマガジン URL : <http://www1.hokkaido-jin.jp/mail/magazine/>

【4】編集後記・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・

2月は寒暖の差がありつつも寒い日が多い印象ですが、皆様いかがお過ごしでしょうか。電気代や食料品などの生活必需品の価格が上がって、いつもよりお財布が軽くなってしまった気がする昨今です。最近、温泉に行きたい欲をごまかすために、温泉のものの『湯の花』を使ってみました。温泉気分を味わえてとても良かったのですが、温泉の成分が髪の毛のタンパク質を溶かしてしまうらしく、湯船に浸かった髪の毛が痛んでしまいました。髪の毛を結んで湯船に入るのは、公共のマナーだけでなく自分にも優しい行為だったのですね。現在、試行錯誤しつつ修復中です。

また、毎年3月は「自殺対策強化月間」となっております。厚労省のサイト (https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/hukushi_kaigo/seikatsuhogo/jisatsu/r4_torikumi.htm)にて動画やリーフレット等が紹介されているので、こちらも是非ご覧ください。

いつもご愛読ありがとうございます。

次号 Vol.165 は、令和5年3月末に配信予定です。

ご質問、ご要望等お問い合わせ先

北海道立精神保健福祉センター
札幌市白石区本通16丁目北6番34号

Tel 011-864-7121

Fax 011-864-9546

URL <http://www.pref.hokkaido.lg.jp/hf/sfc/>

Mail hofuku.seishin1@pref.hokkaido.lg.jp