

# 誰も自殺に追い込まれることのない社会へ ～地域のつながりが命を守る～

函館家庭生活カウンセラークラブ

〒041-0841 北海道函館市日吉町4丁目5-9

## 助成事業の概要

自殺予防対策をより効果的に推進するためには、「自殺は社会や地域の課題である」という認識を共有し、様々な枠を超え、協力し、自主的に取り組むという地域づくりが重要です。そのためには人と人とのつながりを大切にする温かい心を育てて行かなければなりません。その基礎をつくるきっかけとなるよう今回の講演会を企画しました。

11月15日（日）13時より市内ホテルにて、講師は自殺予防の第一人者、「NPO法人ライフリンク代表 清水康之氏」を招聘し開催しました。当日は、雨の中老若男女とわず、約150名ほどが来場し、熱心に耳を傾ける中、講師が感極まり声を詰まらせると、聞く人の中には目頭をおさえる場面もありました。

さらに後半、自殺予防についての考察を深める為、グループに分かれブレインストーミングを行いました。一人一人が様々な意見を付箋に書き入れていったものを模造紙に集約していく作業を行い、講師とのディスカッション、ご指導、質疑などインフォーマルな研修も取り入れる事ができました。

## 事業の成果

地域における自殺予防対策で重要なことは、一言でいえば、「生きたい」と思うような地域づくりです。単一の自殺対策をそれぞれがばらばらに行えばよいというものではなく、さまざまな要因

に対する様々な対策を総合的・包括的、かつ効果的に講じる事が出来る社会を作っていく、そのためのインフォーマルな社会資源、家族、親戚、近隣、友人・同僚、ボランティアといったいわゆる個人と個人のつながりを主としたキーパーソンになる人材の育成、またはそれを活かせる場が必要である。そしてそれらが繋がり、より大きな支援の輪が広がって行けるような意識づくりのきっかけが出来たと思います。

当クラブは、電話・来所など、広く一般市民に対しての相談活動を行っています。話を聴くということは、ただ聴けばいいということではなく、当事者の心に寄り添い、受容するということを相談員全員が十分認識し、そのモチベーションを維持することが求められます。多様化する生活様式や相談に、福祉性、平等性をもって十分に対応するためには、相談員は常に自己研鑽を含む鍛錬を積んでいます。今回の講演会は、一般市民にそれを知ってもらうことにより、相談活動を通して福祉的還元を促していける事を確信できました。また、自殺対策関連団体や地域でキーパーソンとなる町内会や、福祉、教育関連団体、NPO法人などとの関係も構築でき、当クラブとの連携も図りより多くの社会的貢献ができることが予想されます。

自殺で亡くなる人は、2014年度25427人。最低4つ以上の問題を抱えているということです。そして死を選ぶ前1カ月の間に、何らかの専門機関を訪ねているのだと講演の中でお話されました。ということは、すなわち地域が連携することが重要だということを物語っています。

今回の講演会を機に自殺予防は地域の問題であり、ひとりひとりが共に助け合う共助という社会を構築して行かなければならないこと、さらに誰もがゲートキーパーとなりうるということを来場の方々が身にしみて感じられ共有できたと思います。

開催しましたが、今後はそれを足掛かりに、さらに地域と連携し、近隣住民のニーズに沿った、地域から必要とされる活動づくりをしていきたいと思えます。

## ■ 成果の広報、公表

講演会内容を冊子にまとめ、後援、広報していただいた、関係各所に配布しました。

ご案内したものの出席出来なかった方から、講演会の内容が知りたいというお問い合わせがありました。

函館新聞社より、取材がありまして、18日に大きく掲載されました。

北海道新聞社より取材がありまして、記者の方がとても感銘され、今回の公開講演会にからめた、この道南全体の自殺関連啓発の記事を考察中ということで、期待しています。

## ■ 今後の展開

公開講演会の周知活動中、市内の包括支援センターより問い合わせがあり説明に伺ったところ、今後当クラブと連携し、地域貢献のお手伝いを一緒にというお話がありました。当クラブとしては、まず自主の活動を知ってもらうこと、そしてそこから連携の第1歩がはじまるということを目的の一つにこの公開講演会を企画しましたので、それが実りつつあるということは、大変な一歩です。

地域の一人ひとりが手をつなぎ、生きやすい環境を作っていくことは、今後ますます、高齢化率があがることを考えると、地域として目の前に突き付けられた課題であり、その対応は急務です。

今回はそのきっかけづくりとして公開講演会を