



自殺総合対策の推進に向けて

私たちにもできること

NPO法人 ライフリンク

代表 清水 康之

項
目

1. 自分には**関係ない**と言い切れるか
2. 自殺は**社会的な**問題である
3. 自殺は「**避けられる死**」でもある
4. 「**生きる支援**」へと発想の転換
5. 「自殺**総合**対策」とは
6. 『自殺**総合**対策**大綱**』の概要
7. 「**生き心地の良い社会**」をめざして

自分には**関係ない**と言い切れるか①

- ◆問題解決の鍵は「**問題の捉え方**」 → 自殺の問題をどう捉えるか
- ◆「自殺の本質」は**遺書**から見えてくる → 人生最後に語られる言葉…

「ごめんね」

自殺の多くは、「自発的な死」「選択された死」ではない



自殺は「**追い込まれた末の死**」である

自分には**関係ない**と言い切れるか②

私たちと同じ日常をまじめにコツコツと生きている人たちが、生きる道を閉ざされて「自殺」へと追い込まれていっている

- ◆「**過労自殺**」・・・中小企業従業員の1割が一年以内に「死にたい」
- ◆「**老老介護**」・・・高齢者介護従事者の3割が「死にたい」
- ◆「**学校のいじめ**」「**多重債務**」「**虐待**」「**DV**」「**セクシャルマイノリティへの差別**」「**重度障害**」**心中**」「**パワハラ(職場のいじめ)**」などなど

→「自分は自殺なんてするつもりないし、自分の周りに自殺するような人はいない。だから関係ない」とは言い切れない

自分には**関係ない**と言い切れるか③

- ◆98年から続く「**年間自殺者3万人(一日90人)**」という異常事態
- ◆交通事故死者のおよそ5倍
- ◆自殺率は**先進国の中で最も高い**(米国の2倍、英国の3倍)

- ◆自殺**未遂者は既遂者の10倍、つまり年間30万人**
- ◆ひとりの自殺(未遂)によって**周囲の6人が深刻な心理的影響**
- ◆日本では、**毎年150万~200万人**が自殺による影響

この10年間で、日本に暮らす実に6~7人にひとりが、
自殺を何らかの形で「体験」していることに

自殺は社会的な問題である

結論的に言えば、、、

- ▼自殺はあらゆる社会問題が最も深刻化した末に起きている
- ▼個人だけではどうにもならない構造的な問題を孕んでいる
- ▼「うつ病」は表層的な問題に過ぎない → 本質は根深い
- ▼社会の「いのち」のあり方・扱われ方が顕著に表れる問題
- ▼人が安心して「死」を迎えられているか
＝社会の「豊かさ」の指標
- ▼自殺は社会の極めて本質的な価値観に関わる問題(縮図)

自殺は「**避けられる死**」でもある

- ◆ **社会的な要因**が深く関わっている自殺は、**社会的な対策**を講じることで防ぐことができる。そうした人たちは「死にたくて死んでいる」わけではないから。
- ◆ 自殺は「**避けられる死** (avoidable death)」である。
(WHO)
- ◆ フィンランドでは、**国家プロジェクト**として**自殺対策**に取り組み、10年間掛けて**自殺率を30%減少**させた。
- ◆ 秋田県でも、介入地区においては**数十%の単位で減少**

「生きる支援」へと発想の転換

自殺対策とは「生きる支援」「いのちへの支援」である

生きる上で障害となっているものを取り除くための支援

福祉・医療・法律など、分野にとらわれない支援

生きる道を閉ざされた人が、再び歩み始めるための支援

自殺対策とは

◆ 当事者本位の「生きる支援」 ◆

「自殺総合対策」とは

自殺総合対策とは
「生きる支援」を総合的に行うこと

【「総合的」の2つの意味】

- ◆水際の「生きる支援」「いのちへの支援」において
→専門分野等の縦割りの壁に遮られることのない「総合的な支援」
- ◆水際だけでなく人を自殺に追い込んでいる社会的要因への対策
→個人を対象とした対処療法だけでなく根本原因への「総合的な対策」

『自殺総合対策大綱』の概要

【6つの基本的な考え方】

- 1) 社会的要因も踏まえて総合的に取り組む
- 2) 国民一人ひとりが自殺予防の主演となるよう取り組む
- 3) 自殺の事前予防、危機対応に加え、
未遂者や遺族への事後対応に取り組む
- 4) 自殺を考えている人を関係者が連携して包括的に支える
- 5) 自殺の実態解明を進め、その成果に基づき施策を展開する
- 6) 中長期的視点に立って、継続的に進める

【自殺対策基本法「第一条」(抜粋)】

(前略) 自殺対策を総合的に推進して、自殺の防止を図り、あわせて自殺者の親族等に対する支援の充実を図り、もって国民が健康で生きがいを持って暮らすことのできる社会の実現に寄与することを目的とする

「生き心地の良い社会」をめざして

一対一で行うカウンセリングや治療が「点」の、グループで行う分かち合いや他分野の専門家による連携が「線」の自殺対策だとするならば、自殺総合対策とは社会全体で行う「面」の自殺対策である。(=社会・地域作り)

自殺に追い込まれていく人をひとりでも減らし、自殺で大切な人を亡くした人が悲しみの底から回復していくのを見守り、そうした取り組みを通して、「生き心地の良い社会」を築き上げていくことである。

- ◆地域・社会作りに関係ない人はいない。誰もが関わる余地あり。
- ◆自殺対策に有効なネットワークはあらゆる問題にも対応できる。
- ◆自殺対策を通じて「生き心地の良い社会」を築いていこう。

自殺対策に必要な心構え

- ◆自分の（分野の）限界を認めること
- ◆他者の可能性を尊重すること

→そこにはじめて「つながり」が生まれる。

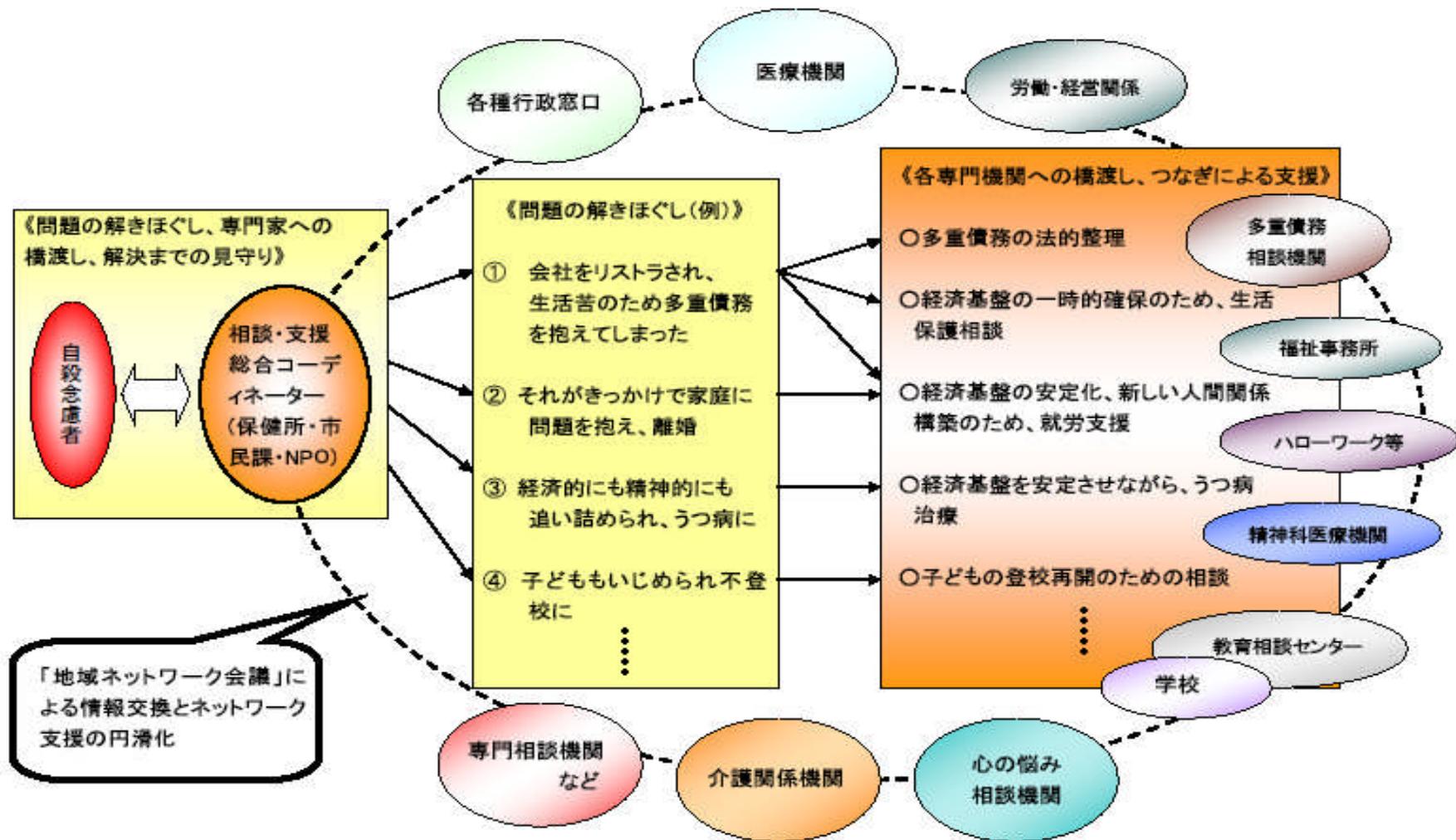
→ひとりひとは微力でも、無力ではない。

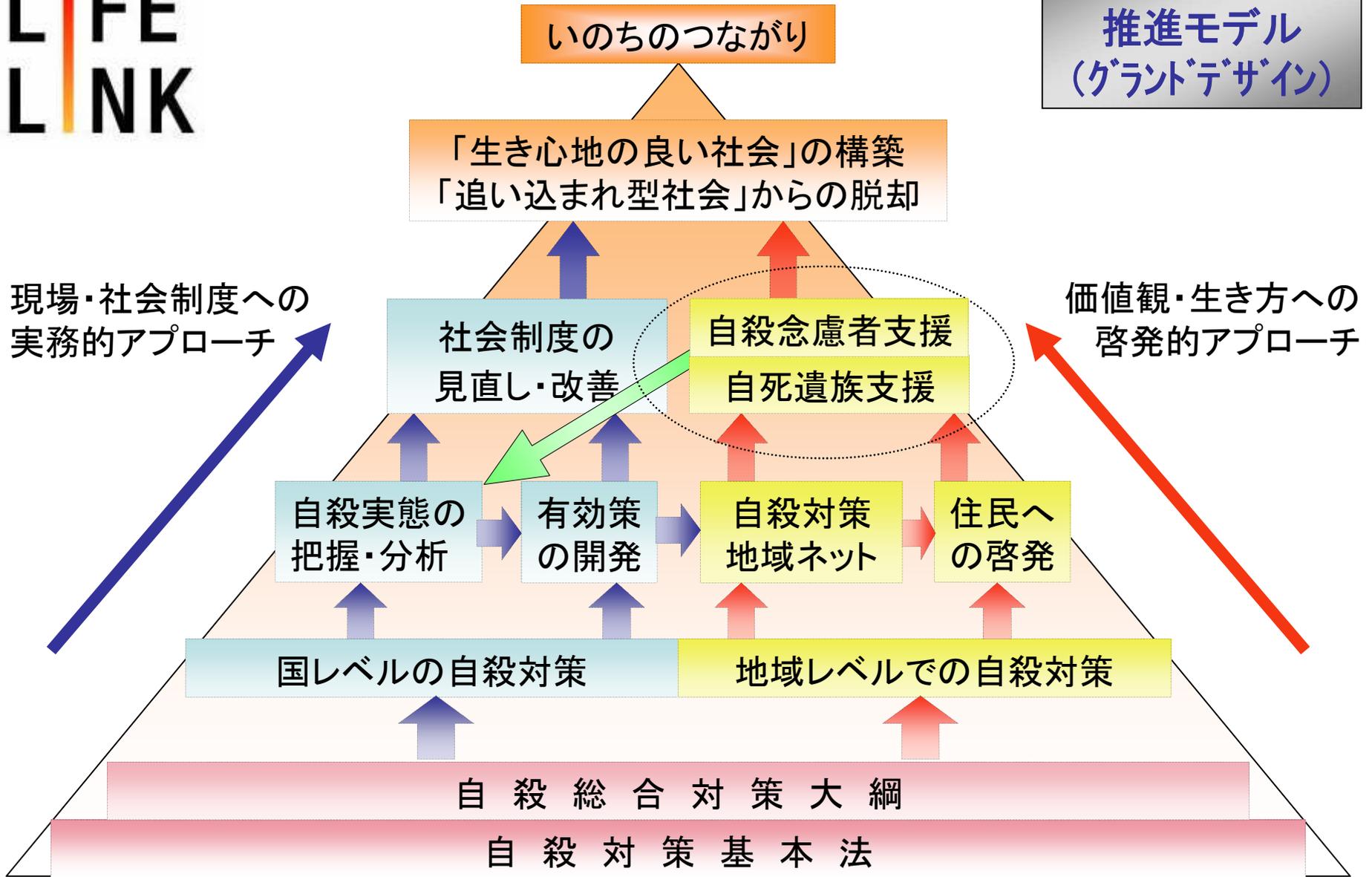
つながり合うことで色々なことができる。

【ライフリンクのモットー】

新しいつながりが、新しい解決力を生む。

「いのち」支える地域ネットワーク





行政 司法関係者 医療関係者 NPO 研究者 マスコミなど