

求められる戦略的な対策

「お父さん、眠れてる？」
3月1日、東京都港区のJR新橋駅ホームに貼りだされた巨大なボスターの文字が通勤途中の人々の目を惹いた。首都圏の大動脈である東海道線、山手線、京浜東北線、横須賀・総武線などが乗り入れる新橋駅はサラリーマンの「メッカ」。ボスターは、こうした働き盛り世代の男性に向けたメッセージになっている。うつ病にかかる睡眠障害が生じやすいことから、2週間以上続く不眠は「うつ病のサイン」として、本人の気づきや医療機関の早期受診などを促そうという試みだ。この「睡眠キャンペーン」は政府が今年導入した「自殺対策強化月間」の柱の一つ。初日の朝には、福島瑞穂・内閣府特命担当相が同駅に駆けつけ、チャラシ入りのティッシュなどを配った。強化月間ではこのほか、▽ハローワーク等での対面型総合相談の実施▽各市区町村別の月単位での年代×性別×職業別の自殺実態の分析と情報提供などを行っている。



▲自殺対策強化月間の一環として「睡眠キャンペーン」が展開された（JR新橋駅）。

【連載】
“地域”という
セーフティネット 13

いのちを守る“地域”での「生きる支援」
——求められる自治体現場の自殺対策
／東京都足立区の取り組みから

12年連続で年間の自殺者数が3万人を超えた。世界的に見ても異常といえる状況が続くなかで、06年に自殺対策基本法が制定されるなど、自殺問題への社会的な関心は高まってきたが、まだ対策は緒に就いたばかりだ。リーマン・ショック以降の経済危機によりさらに不安が広がるなかで、今、何をしなければならぬのか。自治体そして地域での取り組みがカギを握っている。



NPO法人ライフリンク代表の清水康之さん。09年11月から内閣府参加も務めている。

「自殺対策緊急戦略チーム」を設置。年末・年度末に向けた「自殺対策100日プラン」を取りまとめた。同プランには、ハローワークでのワンストップサービスなどが盛り込まれ、さらにこれらを具体化・強化したのが緊急プランだ。
「日本では例年最も自殺が多いのは3月。そのため強化月間という形で集中的に取り組んでいく。強化月間は、これまで総花的だった対策を、ターゲットを絞り、戦略的にやっていく」という第一歩になる。
NPO法人ライフリンク代表の清水康之さんは強化月間の意図を説明する。民間で自殺対策に取り組んできた清水さんは、昨年11月、内閣府参加に就任。政府の緊急戦略チームに加わり、100日プランの策定などに携わっている。
06年の自殺対策基本法の成立以後、国・地方を通じた自殺対策は進んできた。だが清水さんは「まだ対策が十分効いていない」と話す。

「もちろん国の制度は必要だが、対策を機能させるには、現場となる市区町村が地域の特性をきちんと把握し、それを踏まえて戦略的に取り組んでいくことが重要になる」
強化月間の市区町村別の詳細な統計データの解析・情報提供や、ライフリンクが進めている自殺実態調査などはそうした活用を想定している。そこから地域にとってハイリスクとなる時期や職業、年代、性別などを洗い出し、活用できる制度や地域資源などを掘り起こして、戦略的に対策を講じていくことが求められる。
実際、少しずつ地域に根ざした対策も進んできている。例えば「睡眠キャンペーン」は静岡県富士市が県のモデル事業として07年から取り組んできたもの。また、鹿児島県奄美市や盛岡市などの多重債務問題を切り口にした取り組みも効果を上げてきた。そして清水さんが「都市部のモデルにしたい」という試みが東京都足立区で進められている。

自治体が最前線
足立区が積極的に自殺対策に取り組んだのは08年10月。東京都の「このころ」とのちの相談・支援「東京ネットワーク」事業のモデル指定を受けてからだ。以後、相談支援ネッ



「生きる支援」を積極的に展開する足立区の近藤やよい区長。

「実は自分にもふさぎ込んでいた時期があり、そのときは死ぬことが唯一の逃げ道のように感じていた。だから今考えれば傲慢だが自殺を止めるのはお節介ではないかという思いもあった。でも亡くなる直前まで何らかのSOSを発信したり、救いを求めている人がほとんどだ」という話を聞き、目からウロコが落ちた。
近藤区長はこう振り返り、ならば「さまざまな窓口をもっている行政はまさにSOSをキャッチする最前線」という視点から、区をあげて積極的に取り組むことにしたという。
就労支援を中心とした総合対策を展開
足立区の「都市型モデル」の特徴の一つが、失業者と経済生活苦問題に大きなウェイトを置いている点。全国的に自殺者が増えた要因の一つに経済苦を背景にした中高年男性の急増がある。足立区でも実態調査から50代〜70代の無職男性がハイリス

ク群として浮かび上がっていた。そのため、区では就労支援を中心とした総合対策を積極的に展開。昨年末にハローワークで実施されたワンストップサービスにあわせて、区独自にハローワークで毎週1回、多重債務などの相談にのる法律相談とメンタル面でのケアをあわせて行う「このころと法律の相談会」を開催した。さらに本庁舎内に設置している特区によるハローワークの出先機関（ワークセンター）でも相談会を実施している。
衛生部衛生管理課長の山崎和弘さんは、「庁舎の中には福祉事務所や中小企業などへの融資を行う部署もある。その場でつなげることも可能」と話す。強化月間では、ワークセンターで1週間、3部が共同して「雇用・生活・このころと法律の総合相談会」を実施した。
一方で馬場さんは、「区の中でもそれぞれ地域的な特性があるので、それをしっかりと見た対応もしていく」と話す。人口約66万の足立区には78人の保健師が勤務している。一人がカバーするのは1万人近いが、分野別ではなく地区担当制をとっているため、保健師は地域全体の特徴を把握できているという。
「例えば同じ自殺の話でも、新たに



09年10月に足立区で開催された「こころといのちの相談支援ネットワーク会議」。20以上の関係団体などが意見交換を行った。

開発されたマンションが多い地区では育児うつの心配があるし、古い公営住宅が多い地域では、認知症や介護うつなどの切り口から入っていきやすい。そこを柔軟にできるのが足立区の強み」（馬場さん）

もちろん分野横断的な取り組みをしていくためには、庁内外の幅広いネットワークと、窓口となる人々の理解や知識が必要だ。馬場さんも自殺対策に取り組みれば取り組むほど、さまざまな分野の人たちと連携することの重要性を感じたという。

「最後の部分でうつの方に寄り添うのは精神保健福祉士や保健師だと思いが、その前の段階では不十分。介護や法律や消費者担当などいろんな分野の人が気づいて支えるネットワークが、本当に困っている人の悩み

に応える一番の近道だとわかった」

このネットワークづくりと人材育成に大きな力を注いでいることも、足立区モデルの特徴だ。区役所内のネットワークでは関係各課の担当者が連携する庁内連絡会を設置。その中核に区長とライフリンク代表による「自殺対策戦略会議」を置いた。また地域全体のネットワークとして相談機関や医療機関、警察、消防、NPOなどと庁内ネットワークをつなぐ、「こころといのちの相談支援ネットワーク」を立ち上げている。

ネットワークの参加者などには幅広くゲートキーパー（GK）研修を実施している。GKとは自殺のサインを見つけ、問題解決につなげていく門番の意味。窓口職員などを手始めに、区長・議員・管理職など合計で約600人の研修を行い、さらに地域の民生・児童委員や健康づくり推進委員など約250人、税や国保料の未納徴収を行う徴税嘱託員など52人にも研修を実施した。

また今年2月には、GK研修受講者に対し、実際に相談を受けた際の対応などをロールプレイなどで学ぶ、GKフォロー研修も行っている。

「今後は例えば地域包括支援センターや介護従事者、保育士など直接家庭に入っていける人などを対象とし



衛生部衛生管理課長の山崎和弘さん（右）と足立保健所東和保健総合センター地域保健担当係長の馬場優子さん。馬場さんは「真っ暗な中を走っている感じだった」と笑う

た小規模なグループでの展開を考えていきたい。また、職員には人事研修の一環として位置づけていく方法もある」と山崎さんは話す。

これらの研修を機能させていくため、現在、足立区版のGK手帳の作成や、相談経路などを示した「フローチャート」の制作をライフリンクと連携しながら行っている。

当事者の視点で「生きる支援」を

こうして多様な取り組みを展開している足立区。だが、清水さんは、まだ当事者の視点からみれば不十分などところも多いと厳しい目を向ける。「当事者が問題解決にたどり着くためのコスト、負担を徹底的に下

げていくことが必要。まだまだやれることはあるし、改善の余地もある」そうした面も含めて、足立区の取り組みは、「まだ半歩を踏み出しただけ」というが、それでも「この半歩は大きい」と評価。足立区での取り組みや地域の実態解明などの情報を活かした他の自治体への広がりにも期待を寄せている。

もちろん足立区もこの「半歩」をステップに取り組みを進めていく考えだ。都のモデル事業は09年度で終了するが、10年度からは自殺対策強化基金を活用し、独自に事業を展開していく。組織体制もこれまでの特命担当から、専任の「こころといのちの支援担当」を設けることにした。

近藤区長は「こうした取り組みは、始めたら翌年すぐに結果が出るというものではない。まさに『継続は力なり』で、常に意識をもって繰り返し繰り返し返していかなければならない。自殺対策というだけでなく、『生きる支援』として取り組んでいきたい」と力を込める。

年間3万人だが12年間では40万人近い人が亡くなっている。一つの都市が消えてなくなる規模だ。人々の暮らした場である自治体は、今何をしなければならぬのか。時間は限られている。（本誌／三海 厚）