

## 自殺総合対策へ

～新しいつながりが、新しい解決力を生む～

NPO法人 ライフリンク  
代表 清水 康之

### 項 目

1. 自殺の実態・背景
2. 自殺問題の捉え方
3. 自殺対策基本法の理念
4. 自殺総合対策とは
5. 自殺総合対策推進イメージ図
6. 総合対策推進のカギ
7. 地域対策のあり方(各論として)

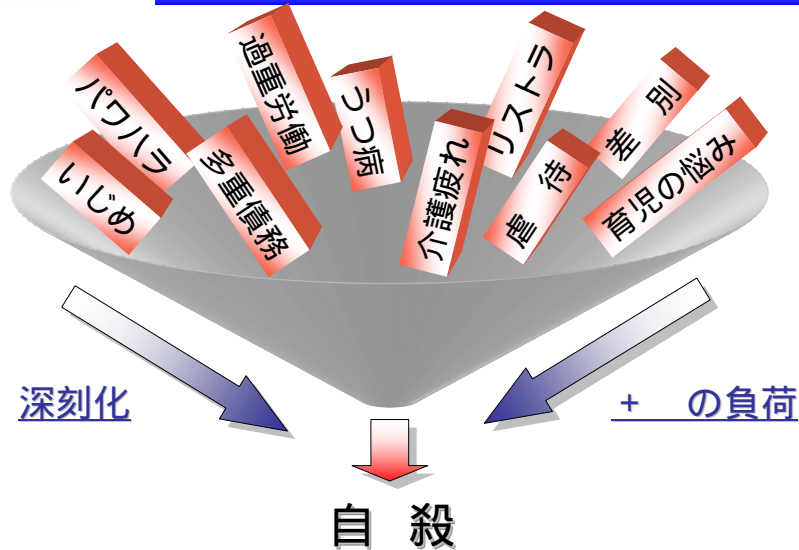
## 自殺の実態

98年から続く「年間自殺者3万人」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悪（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5～6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

## 自殺の背景

『老老介護』... 今年報道されただけで30件(60人)以上  
高齢者介護従事者の3割が「死にたい」  
『多重債務』... 全国に350万人  
社会的に弱い立場の人たちほど利用  
『過労自殺』... 30代の自殺が昨年過去最多に  
「リストラはされずに済んだけど…」  
『学校のいじめ』、『DV』、『セクシャルマイリティーへの差別』、  
『重度障害心中』、『パワハラ(職場のいじめ)』、などなど

## 日常的な問題と自殺の関係



## 自殺問題の捉え方

自殺の多くは、「追い詰められた末の死」である。

「社会問題が最も深刻化した末に起きている」のが自殺。

見方を変えれば...

私たちの日常は「自殺に至る手前のどこか」にある。

自殺は私たちの暮らしに深く関わる社会問題である。

## 「自殺は避けられる死」

「自殺は避けられる死 (avoidable death)」である。  
(WHO)

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。

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3割減少させた。

自殺対策とは、「生きる道を選択する」ためのサポート

## 自殺対策基本法

自殺対策に関するはじめての法律(議員立法)

目指すのは、自殺禁止ではなく、自殺総合対策の推進  
人間の「生きる権利」を守るための法律

5つの柱

- ・「自殺は社会問題である」と位置づけている
- ・自殺対策は、国や自治体の責務としている
- ・個人だけでなく社会を対象とした総合対策が重要
- ・対策の実践は関係者の密接な連携の下で行うように
- ・自殺未遂者や自死遺族への支援も重要

## 自殺対策基本法の「目的」

### 【第一条 目的】

この法律(自殺対策基本法)は、近年、我が国において自殺による死亡者数が高い水準で推移していることにかんがみ、自殺対策に関し、基本理念を定め、及び国、地方公共団体等の責務を明らかにするとともに、自殺対策の基本となる事項を定めること等により、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。

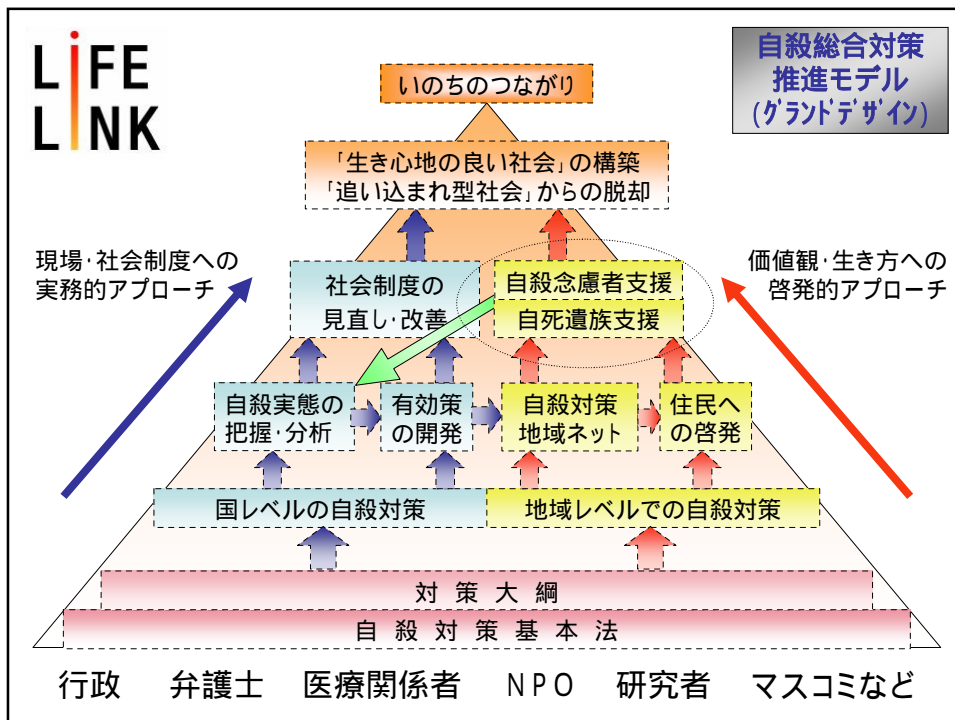
## 自殺総合対策とは

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。

面 = 社会全体で行う自殺対策

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」の自殺対策だとすれば…

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)



## 自殺総合対策推進のカギ

### 【3つのカギ】

#### 社会全体で「理念・推進モデル」を共有すること

関係者のみならず社会全体で共有できる「推進モデル」の構築  
「推進モデル」を共有するための徹底した対話・意見交換

#### 自らの限界を自覚し、他者との連携を図ること

「推進モデル」における自分の「立ち位置」の確認  
他の関係者(社会全体)の動きを睨みながら連携を予測・想像

#### 柔軟に軌道修正を図りながら迅速に進めること

「待ったなし」の状況を認識し、徹底したアクションリサーチを遂行  
責任の所在を明確にし、特に誰が「推進役」を担うのかを決める

## 『人間の安全保障』という理念

『人間の安全保障』とは、紛争や飢餓、感染症や災害などといった、人の生活や存在を脅かす社会的脅威から、「いのち」を守っていこうという概念。

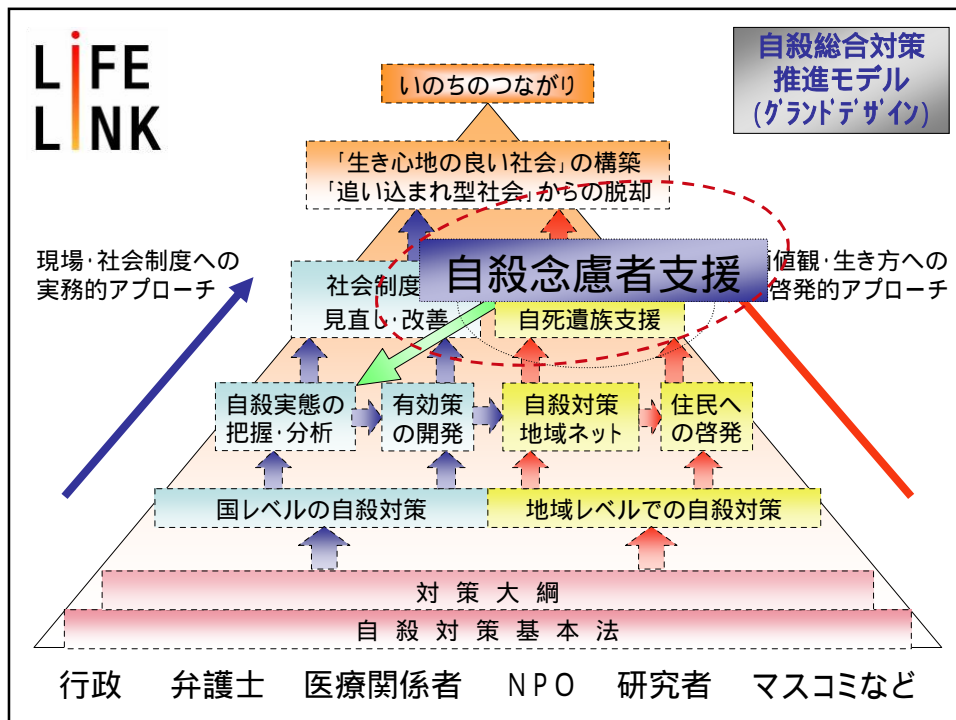
日本の自殺には、社会的に「追い詰められた末の死」が少なくない。本当は「生きていきたい」にも関わらず、生きる道が「閉ざされて」自殺している人が多い。

遺書に綴られた「ごめんなさい」などの謝罪の言葉。「生きていきたい」を支えられる社会に、『人間の安全保障』を守るための対策・仕組みが必要。

# 地域対策について

～なにをどう進めていけばいいのか～

NPO法人 ライフリンク  
代表 清水 康之





「死にたい」という気持ちに寄り添いながら 心理的ケア (治療) を行い、同時に「死にたい」と思うようになった 背景的問題の解決 に当たる。

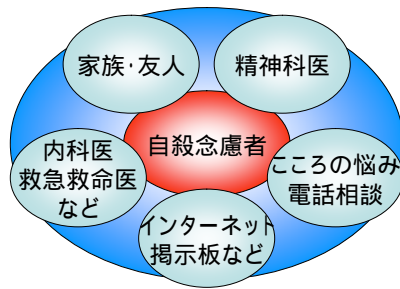
( 目の前の危機に対応 しつつ、根本原因を取り除く プロセスも同時にスタートさせる。 )

自殺念慮者を「支える人」を決して 孤立させない。  
支える人同士が支え合う仕組み を作る。



自殺念慮者

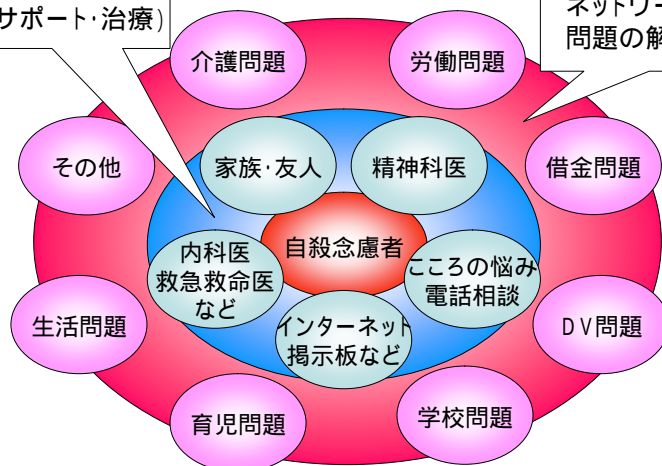
自殺念慮者支援の地域ネットモデル



自殺念慮者支援の地域ネットモデル

孤立を防ぐための連携  
(心理的サポート・治療)

他分野の相談窓口  
ネットワーク(背景的  
問題の解決へ)



## 機能不全回避への5箇条

1. 「個人を信じて、**組織を信じず**」  
(ネットワークは放っておけば機能不全に陥っていくもの)
2. ネットワークの「**目的**」を明確にする  
(どこに向かっているのか「推進モデル」を共有する)
3. **推進役(つなぎ役)**を明確にする  
(「ネットワークの責任所在」を曖昧にしない)
4. 機能的な「**核**」に肉付けをしていく  
(すでに活動している人・連携を組織の中心に据える)
5. **顔の見える「つながり**」を大切にする  
( の分野なら さんにと、イメージできる関係)

## すぐにできる地域対策

- 自死遺族支援**(自殺対策基本法の柱のひとつ)  
「自死遺族のつどい」の立ち上げ支援(滋賀県)  
民間と行政との役割分担(埼玉県や福岡県)  
警察との連携(青森県や岩手県)
- 多重債務者支援**(自殺予防の柱)  
ハイリスク者にターゲットを絞った対策  
行政と弁護士との役割分担(奄美市の例)  
都道府県レベルでは法人事業税
- 啓発活動**(自殺対策の土壌の開拓)  
対策を根付かせるためには欠かせない取り組み

## 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。