

地域に、職場にゲートキーパーを

札幌市の自殺対策事業を受託

「北海道いのちの電話」は9月30日、札幌市との間で「市民向けゲートキーパー養成研修事業」を受託いたしました。北海道いのちの電話が研修を企画し、皆さんに提供いたします。皆さんに自殺について関心を持っていただけることをこころから願っています。

“ゲートキーパー”とは・・・？

ゲートキーパー誕生の経緯

……後を絶たない自殺

我が国の自殺による年間死亡者は、平成10年から同23年まで14年間も3万人を超す異常な事態でした。同24年から少しずつ減少が続くようになりましたが、それでも平成27年は24,025人。世界の主な国の、人口10万人当たりの自殺者の比率を比較すると、第2位という高い水準です。(政府広報による) このため政府は平成19年6月に「自殺総合対策大綱」を決めました。その中に盛り込まれた重点施策のひとつが「ゲートキーパーの養成」です。それを受けて札幌市も平成23年に「自殺総合対策行動計画」を作り、翌24年から“ほっとけない・ゲートキーパー研修会”を始めました。

ゲートキーパーの役割

ゲートキーパーにはどんな役割が期待されているのでしょうか。専門家は「自殺の背景には、そこに至った経緯やリスク因子がある」と指摘しています。「親しい人を失った」「仕事をなくした。破産した」「うつ病など精神疾患」「いじめなど苦痛な体験」等です。

さらに「自殺につながるサインが必ずある。“元気がなくなった”“ため息が目立つ”“口数が少なくなった”など、いつもと様子が違うときは要注意」とも言います。

ゲートキーパーはそうしたサインに気付いたら、勇気を出して声をかけ、誠実に話を聴き、専門家に相談するよう促すなどの必要な支援につなげ、温かく見守る人です。「いのちの門番」と言って良いでしょう。

政府の対策大綱は、かかりつけの医師、保健師、看護師、教職員、ケースワーカー、各種相談窓口の担当者、民生委員・児童委員など、あらゆる分野の人材に「ゲートキーパー」になってもらえるよう、研修の機会を広げる、と規定しています。

「ゲートキーパー」が職場に、地域に増えることで、自殺に傾く人の異変に気付き、立ち直りの勇気を与えられれば、きっと悲しい死を減らすことが出来るでしょう。

北海道いのちの電話が行う研修

「北海道いのちの電話」は1979年に発足しました。以来37年間「ひとりで悩まず、話してみませんか」と呼びかけ、365日、24時間、電話で訴えられる悩みや苦しみに向き合い、寄り添ってきました。

札幌市から委託を受けた「ほっとけない・ゲートキーパー研修」は私たちが企画し参加者を募集する「企画型」と、町内会や地域のサークルからの要請で講師を派遣する「**出前講座**」の2タイプがありますが、そこでは私たちがこれまでの自殺予防電話相談で培ったノウハウを生かし、内容を充実させたいと考えています。

講座では、講師の話だけでなく、体験学習に力をいれます。具体的には「自殺の基礎知識」「ゲートキーパーの役割」の講話ほか「傾聴（じっくり聴く）の重要性」や「相手に向き合う場合の、良い対応、悪い対応」などの演習を盛り込みます。

研修に参加した人々に「自分の心がどのように変化するのか、を体感していただければ」というのがねらいです。

※「**出前研修**」（講師派遣）に関しては、「ほっとけない・ゲートキーパー研修会（地域型）―講師派遣のご案内―」**チラシ**をご覧ください。



ほっとけない・ゲートキーパー研修会

(地域型)

— 講師派遣のご案内 —

札幌市では、およそ1日に1人の市民が自ら“いのちを絶つ”憂慮すべき事態が続いています。

このことから札幌市では、長年にわたり自殺予防の電話相談を行っている社会福祉法人北海道いのちの電話に委託して、札幌市内の団体や職場等を対象に「ほっとけない・ゲートキーパー研修会(地域型)」を実施します。

この研修会は、悩みのある人に気づき、声をかけ、話をきいて、必要な支援につなげ、見守る、“ゲートキーパー”を養成することで、自殺者の減少を図るものです。

講師派遣を希望される団体等の皆様は、下記の通りお申し込みください。

講師派遣の概要

【対象】 概ね 20 名から 30 名程度の参加が見込まれる札幌市内の団体や職場等。

(例: 町内会や地域のサークル内の勉強会、職場の職員研修の一環 等)

【内容】 1ヶ月の間で2回に分けて受講していただきます。(I・IIは最低1週間空けてください)

研修 I ・講話(自殺の基礎知識、ゲートキーパーについて等)

(約2.5時間) ・演習(傾聴の重要性についてのロールプレイ等)

研修 II ・講話(ゲートキーパーについて、自殺に傾く人の心理、社会資源 等)

(約2.5時間) ・演習(悪い対応・良い対応、ゲートキーパーとしての実際の対応についてのロールプレイ等)

【講師】 河西 千秋 氏(札幌医科大学医学部神経精神医学講座 教授)

佐々木 敏明 氏(北海道医療大学 客員教授、北海道いのちの電話研修委員長)

【研修期間】 平成 29 年 1 月 10 日～3 月 18 日の間での実施を目途に設定してください。

【費用】 派遣に係る費用や受講費は無料。会場は依頼者をご用意ください。

(会場費は依頼者をご負担ください)

【申込期間】 **平成 28 年 11 月 1 日(火)** から受付開始

【申込方法】 裏面をご覧ください。

※ゲートキーパーとは

さまざまな場面で、悩みのある人に気づき、声をかけ、話をきいて、必要な支援につなげ、見守る人のことで、言わば「いのちの門番」とも位置付けられる人のことです。特別な資格はいりません。

主催：札幌市

運営委託：社会福祉法人 北海道いのちの電話



お申し込み方法

社会福祉法人 北海道いのちの電話 へFAXでお申込みください。

お申し込み先

社会福祉法人 北海道いのちの電話 (担当者:杉本)

FAX. 011-221-9095

※お申し込みをいただいた後、担当者よりご連絡させていただき詳細をお聞きいたします。その上で派遣の可否について後日お知らせいたします。

※お申し込みが多数の場合やご希望の日程によっては、派遣をお引き受けできない場合もありますのでご了承ください。

※お申込みは、下記の用紙に必要事項をご記入のうえ送信してください。

※申し込みに際して得た個人情報については、研修実施に伴う受付業務、研修運営や研修評価に伴う調査、修了履歴の管理、当研修関連事業に関する案内にのみ用い、第三者へ開示されることはございません。

FAX 用 講師派遣お申し込み用紙

派遣先名	ご担当者 氏名
〒 札幌市 区	
TEL: E-mail	FAX: @
備 考	<input type="checkbox"/> 派遣先の概要をご記入ください
	<input type="checkbox"/> 開催希望日時(可能な日時を多く記載いただけると助かります) (9時~21時の間)
	<input type="checkbox"/> 参加見込み人数をご記入ください _____名程度
	<input type="checkbox"/> 開催予定会場がお決まりでしたらお知らせください
	<input type="checkbox"/> その他、ご要望等がございましたらご記入ください

問い合わせ：社会福祉法人北海道いのちの電話・事務局(担当者：杉本 明) 電話：011-251-6464