

——ひとりで悩まず話してみませんか

2013.07

No. 118

# 北海道いのちの電話

フリーダイヤル毎月10日  
0120-738-556

ファックス相談(聴覚・言語に障がいのある方)

24時間 011-231-4343

011-219-3144

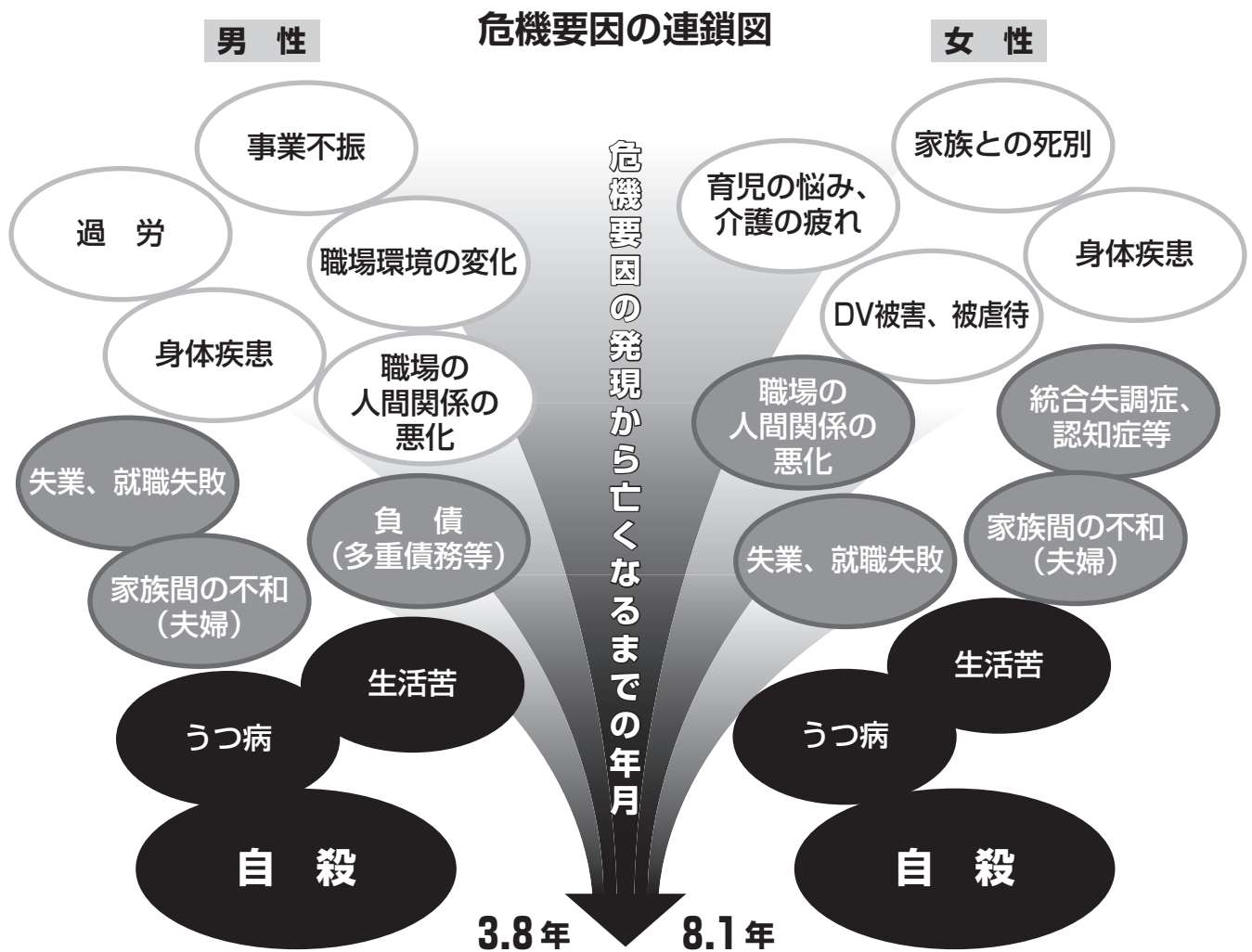
♡♡♡ 自殺予防を願って

## 悲しい数字をもっともっと 小さくするために……

警察庁の発表によると、昨年の自殺者数は国内で15年ぶりに3万人を割り込み、道内でもこの10年で最も少なくなりました。とはいえ、昨年、道内で交通事故で亡くなった方の6倍を超えています。

昨年札幌と旭川の「いのちの電話」が受けた切実な声も道内の自殺者数の30倍近くに上っており、「減ってよかった」と言える状況ではありません。今号は、NPO法人「ライフリンク」による統計、昨年の自殺者数、「いのち電話」に寄せられた相談の件数などの資料をまとめてみました。

NPO法人ライフリンクは自死遺族の子どもとの出会いから、自殺対策に関わるようになった清水康之氏が立ち上げた。同法人は2007年から2012年にかけて遺族の会などに呼びかけ、自殺対策の専門家が2人1組で523人の自死遺族に平均3時間をかけ面談し488項目の聞き取り調査を行い「自殺実態白書」として今年3月発表。危機要因の連鎖図はその一部。



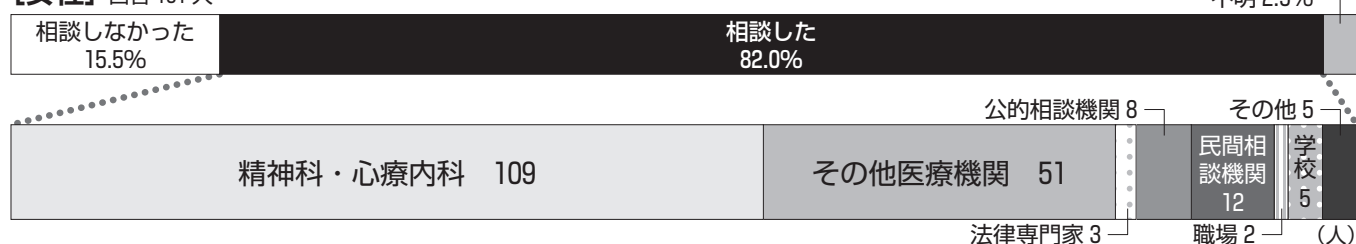
# 自殺で亡くなった人の多くが生きようとしていた

## 亡くなる前、どこかの機関に相談していたか？（複数回答）

【男性】 回答 362 人



【女性】 回答 161 人



## ライフリンクの自殺実態調査が明らかにしたこと

- \* 危機要因は 69 個あり、自殺で亡くなった人は平均 3.9 個の危機要因を抱えていた。
- \* 職業などによって自殺の危機経路（プロセス）に、一定の規則性がみられた。
- \* 最初の危機要因の発現から自殺にいたるまでの日数は職業などで大きく異なり自ら起業した自営業者が最も短く、その 50%が 2 年以内だった。
- \* 正社員と公務員の 25%は配置転換や昇進等の職場の環境変化が出発要因になっていた。
- \* うつ病は自殺の一步手前の要因であると同時に多様な要因で引き起こされた結果でもあった。
- \* 亡くなる前、行政、医療等に相談していた人は 70%、亡くなる 1 か月以内に限っても 48%が何らかの機関に相談していた。
- \* 相談機関に相談していた人の約 5%は、相談当日に亡くなっていた。
- \* 自殺した 10 代～ 20 代女性の 67%に自殺未遂歴があった。
- \* 過去に虐待やいじめを受けた経験が自殺の遠因になっていた可能性のある人は、女性が 19%で男性（12%）より高かった。
- \* 「自殺のサインがあったと思うか」との問いに、「あったと思う」と答えた遺族は 58%いたが、「それが発せられた時点でそれを自殺のサインと思ったか」との問いには、「思った」と答えた遺族は 10%だった。

この貴重な調査結果を行政、専門機関、職場、友人、家族はどう生かせるでしょうか？

医療の現場で、法テラス（国によって設立された法的トラブル解決のための総合案内所、経済的に余裕のない方には無料法律相談や弁護士費用などの立て替えも行う）や、その他の公的、民間相談機関を紹介するなど……。



## 北海道と全国の自殺者数の推移（警察庁調べ）

年 度	1997年	1998年	2002年	2006年	2008年	2011年	2012年
全 国	24,391	32,863	32,143	32,155	32,249	30,651	27,766 (人)
北海道	1,114	1,517	1,391	1,663	1,726	1,437	1,296 (人)

拓銀破綻  
消費税 UP

自殺者数  
3万人を  
超える

企業倒産  
戦後最大

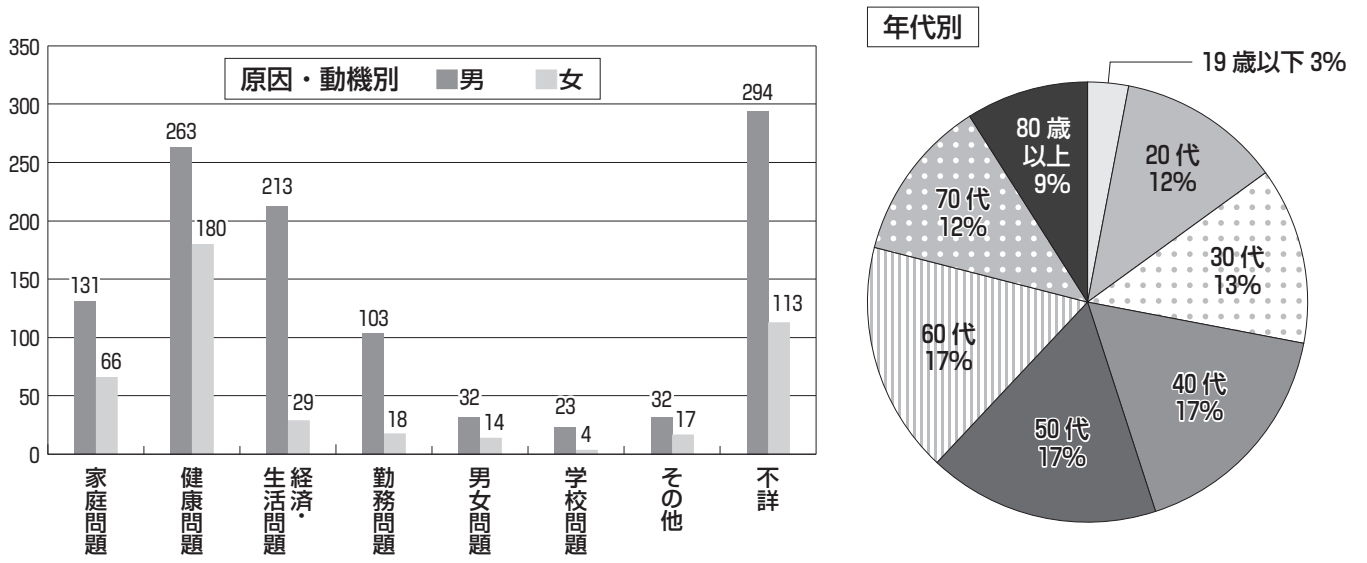
「自殺対策法」  
成立

リーマン  
ショック

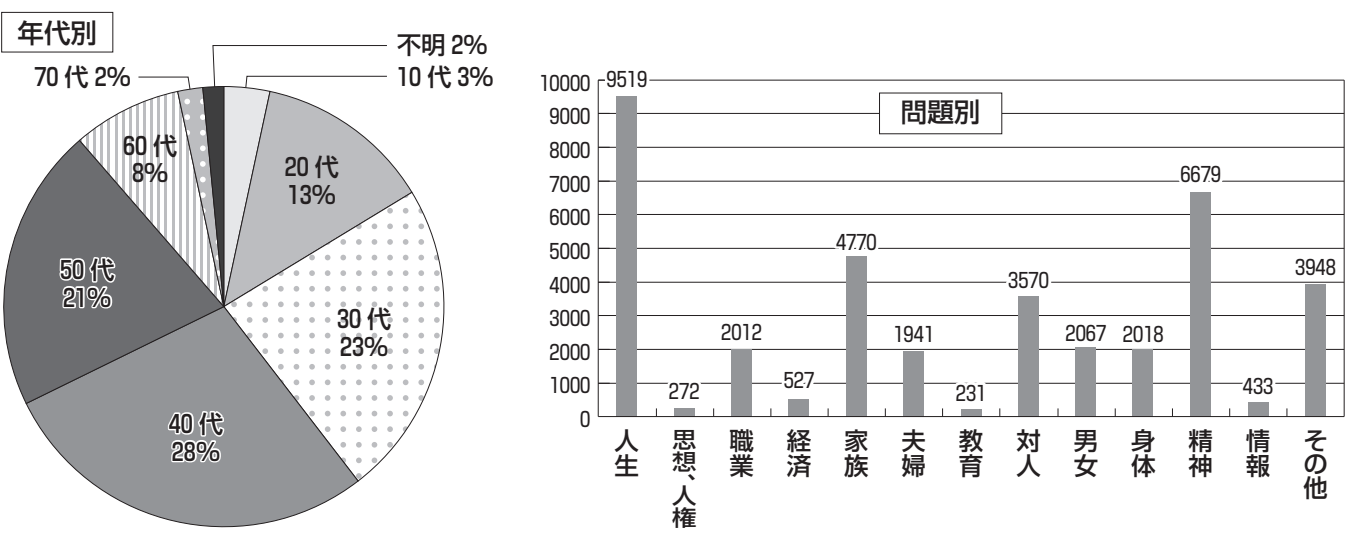
東日本  
大震災

14年ぶりに  
3万人割る

● 2012年の道内の自殺者 1,296人について「原因・動機」「年代」を分析したのが下図です。



● 道内には札幌を拠点とする「北海道いのちの電話」と旭川拠点の「旭川いのちの電話」があり、合わせて約400人の相談員が、年中無休24時間体制で電話相談に当たっています。昨年一年間に寄せられた相談件数は約38,000件、その内容と年代は下図のようになります。



最近、五木寛之の「百寺巡礼」や白洲正子の「西国巡礼」など由緒ある寺々を巡った紀行文を読むことが多い。自分もいつかこれらの寺々を訪れてみたいとの思いがあるからなのだが、読んでいて感じることは作者たちが寺に参詣したときに抱くイメージの広がり、深さに対する驚きである。寺を紹介する際の創建に関わる言い伝えや、情景描写、七堂伽藍の勇壮さ、荘厳さ、歴史的価値の記述の要を得た的確さは無論なのだが、読みだすとついつい引き込まれてしまう魅力はその寺々に連なる様々の人、たとえば創建に携わった人物、現在の住職や修行に励む僧侶、寺を現在まで支えてきた地域の多層な人々の思いが生き生きと記述されているからである。素晴らしい寺のたたくまいとともに、寺を巡る様々の人間模様を眼前に見る思いである。

電話相談の中で相談員はかけ手を理解するために精力を集中する。そのため言葉で表現されていることを正確に受け取ろうとする動きとともに、言外の様々の思いや、かけ手なりの取り組みの経過、将来の希望なども併せて想像し、推測しながら聴いている。かけ手に対する、あるいは広く人間というものに対する多様なイメージを通してこそ眼前の事態が生き生きと理解されるからである。表現された言葉の裏にはかけ手の人生の全てが隠れている。多様なイメージを準備することでその隠れた人となり浮かび上がり、かけ手を生き生きと理解できれば幸いなことである。作品を読みながらそんな思いを強くしている。



コンサートなど「北海道いのちの電話」の今年度の事業が次の通り決まりました。

- \*「ナイト DE ライト」9月10日(火) 札幌駅前通り地下歩行空間で。札幌在住の、希望を歌う4人組のロックバンドの演奏です。12:30、15:00の2ステージ
- \*「大平まゆみコンサート」12月8日(日) 札幌市北区の札幌サンプラザで。今回はアフタヌーンティーパーティとして開催します。13:00開演 2000円
- \*「市民公開講座」10月19日(土) 札幌市中央区の札幌市民ホールで。児童精神科医で北大大学院保健科学研究院教授の傳田健三さんが「若者の自殺を考える～うつとメンタルヘルスの視点から」についてお話しします。13:00開場 13:30開講 無料

## 編集後記

池田先生のエッセイに深くうなずく。今号の図や表やグラフを見ても、やはり多様なイメージが頭に浮かんでくる。さまざまな人生や生活の一端が数字や項目の後ろから浮かび上がってくるのだ。人に対しても、事象に対してもまずは関心を寄せ、想像力を働かせることから理解が始まるのだろう。(F)

社会福祉法人 北海道いのちの電話(開局1979年1月)  
事務局 〒060-8693 札幌中央郵便局私書箱107  
TEL 011-251-6464 FAX 011-221-9095  
URL <http://www.inochi-tel.com/>

本誌は共同募金の配布金により発行

発行人 南 慎子  
編集人 広報委員会