

～ひとりで悩まず話してみませんか～



## 北海道いのちの電話

24時間：011-231-4343

ナビダイヤル：0570-783-556

フリーダイヤル  
毎月10日  
(午前8時～翌日8時)

0120-783-556

「自殺予防を願って」

年間自殺者数が減る中で

# 10代だけが増えている

関係機関の対応

警察庁は1月19日「2017年の自殺者数は21,140人で、前年より757人少なく、8年連続で減少した」という集計（速報値）を発表しました。道内は7人減の997人でした。

この数字だけを見ると、関係機関の対策の効果が表れた、喜ばしいことと思えますが、厚労省の自殺対策推進室は「1月～11月の内容を分析すると、10代だけ増加、前年同期を29人上回る516人となっている。原因の約3割は学校問題が占めており、会員制交流サイト（SNS）の適切な使い方を周知するなど、10代への対応が必要」としています。

実際、昨年マスコミの報道は「全国の警察が虐待の疑いがあるとして児童相談所に通告した18歳未満の子どもは、前年に比べ5,751件（23.5%）増の30,262人に上った」「全国の国公市立小・中・高校、特別支援学校が2016年度に認知したいじめの件数は、前年度より43.8%増えて、323,808件で過去最大」「道教委の調査によると、高2の生徒の1割が死や自殺を考えたことがあると答えた」など、ショッキングな状況を伝えています。

今号では、赤信号が灯っている子どもたちの心の健康を守ろうと、活動している団体や行政機関を訪ね、実情や、どう対応しているのかを聞きました。



## 道教委 教職員と心を合わせて

北海道教育局の生徒指導・学校安全を担当するセクションは、いじめや自殺の未然防止をはじめ、不登校支援、家出、虐待など小・中・高校生を巡る問題に幅広く取り組んでいます。

基本は、これまでの問題行動についての資料を整備、全道の教職員が共通認識のもとに適切に児童、生徒に対応できるようにすること。自殺予防の担当チームは一昨年からの資料の収集、分析

に取り組み、いま「リストカットへの対応」をテーマにした動画を作成中で、近く全道の教職員がネットで閲覧できるよう作業を急いでいます。

別のチームは北海道学校保健審議会、北大大学院保健科学研究院と共同で「児童・生徒の心の健康に関する調査」を2016年に行いました。全道の公立学校から無作為に選んだ81校に在籍する小3、小5、中2、高2の5,068人に調査票を配り「抑うつ傾向」「躁傾向」「自閉傾向」などを調べる質問票に記入してもらい、65%の3,276人から回答を得ました。

分析した結果「抑うつ傾向」を訴えたのは全体の9.2%。学年が上るほど増えて中2は9.2%、高2は14.3%でした。

「死や自殺について」の問いでは「1週間に数回、数分にわたって死や自殺を考えることがある」という回答は全体で6.9%、うち「実際に自殺を計画したり、死のうとした」は1.9%ありました。ここでも学年が上るほど比率が上がり、高2では10.4%という高レベルになっています。

調査によって明らかになった児童、生徒の実態を、研修会などを通じて教職員に共有してもらい「こうした児童、生徒にどう向き合うか」の指針をまとめることにしています。

チームは2015年秋、道立教育研究所の業務を引き継いで「子ども相談支援センター」を開設しました。いじめや不登校など学校教育に関する悩み、子育て、しつけなど家庭教育を巡る悩みについて、子どもや保護者からメール、電話、来所による相談を受け、問題解決を図ろうというものです。

センターの周知のため、小学校低学年向け、同高学年向け、中・高校生向けの3種に分けた名刺大のカードを作り、年度初めに学校を通じて児童・生徒に配っています。

2016年度は3,151件の相談がありました。友人関係22.3%、家庭環境19.6%、教職員との関係17.3%が相談のトップ3です。

これらの相談は事例としてまとめられて、学校での指導に役立てられます。

**(子ども相談支援センター 電話 0120-3882-56 無料)**

## チャイルドラインほっかいどう 子どもたちの“居場所”を目指して

19才未満の子どもたちを対象に、2004年7月、北海道で初めての「子ども専用電話」として開設されました。会話を通して子どもたちが自分の考えや気持ちを表現する「居場所」であることを目指しています。そのため、子どもたちの経済的負担をなくすよう、フリーダイヤルで運営されています。

また、開設当初から毎年周知のためのカードを、小・中学生に配布し続けています。2017年には、約45万枚のカードを、全道の小・中学生に配りました。その他、盲学校向けの点字カードや、特別支援学級向けのカードも作成しています。これからは、高校生への配布も検討中です。カードを保管しておく子どもが少ないので、毎年配る事がとても大切なのだそうです。毎年配る事によって、子どもたちのあいだでは広く知れ渡っていて、最近では電話の受け手に応募してくる人も出てきました。

全道の市町村教育委員会の配布協力によりカードが職員室でストップすることなく子どもたちの手に渡っています。

カード配布直後は電話が集中して対応しきれなくなるため、2016年度から、8月、9月、11月の3回、地域を分けて配っています。最近の子どもたちは電話を利用しないと言われていますが、電話番号を知っていればかけてきます。「チャイルドラインほっかいどう」は毎年約2,000件受け付けてきました。

新たに「オンラインチャット事業」を試行中で、子どもたちにとっては、より身近な相談ツールとして、気軽に利用してもらえないかと考えています。「受け手」は、日常的に子どもたちと接している

ので、若者言葉への対応もできそうです。

「チャイルドラインほっかいどう」代表理事の今川氏は、「子どもたちの自殺を防ぐには子どもたちと一番長い時間接している、学校の先生の協力が不可欠です。先生たちに、ゲートキーパー研修のような研修を受講していただければ、より子どもたちのためになると思います。それには教育委員会を動かす必要があります。委員会が決定すれば現場の学校も対応してくれるからです」と話されました。

(チャイルドライン 電話 0120-99-7777 無料)

## 札幌市児童相談所 虐待相談の増加を懸念

18才未満の児童に係るさまざまな相談を受けて、援助活動をしています。児童本人や家庭、学校、地域住民、区役所、警察、裁判所など、相談の経路は多様で、2016年度は約6,800件の相談がありました。

その内容を大まかに分けると①親の傷病や失踪、親からの虐待など養育環境、養子縁組といった「養護相談」②身体の障害、知的障害など児童の成長、発達についての「障害相談」③家出、浪費、浮浪、触法などの「非行相談」④不登校、家庭内暴力、日常生活上の逸脱行為など「育成相談」があります。

全相談件数の半分、約3,400件が「養護相談」で、中でも虐待に関しては約1,800件に上っており、年々増えています。虐待については「しつけ」の名のもとに、保護者が身体的・心理的虐待を繰り返している例が少なくありません。

自傷行為の相談も数例あり、親子関係が行き詰まったり、学校や家庭で受けるストレスのはげ口を求めるとか、親や周囲の関心を引きたいため、などの背景が見受けられます。

児童相談所としては、自傷行為を繰り返したり、自殺をほのめかす言動のある児童に対し、早めに支援することを基本姿勢におき、児童が抱える心の傷をしっかりと受けとめ、児童自らが「いのちの大切さ」を理解できるような対応を心掛けています。

社会が、子どもたちの異変に早く気付くことがなにより大事です。このため「子ども安心ホットライン」を設け、24時間、電話による相談も受け付けています。

(子ども安心ホットライン 電話 011-622-0010)

### 北海道いのちの電話相談員のメモから

#### 10代からの相談

- 「自傷行為をやめたい。友達から、いのちの電話に相談して、やめられたと聞いたので」。ポツリポツリと話す彼の電話に、ゆっくりと関わっているうちに、少しずつ状況がわかってきた。  
「親に自分を見てほしい」「勉強を頑張っているのに、親は何も言わない」不満が高じて自傷するようになり、昨日深く切ってしまった。助けを求めたのに無視された。感情表現の少ないこの子のお話を、ゆっくりと聴いた。  
やがて彼は「おばさん、どうしてこんなに優しいの」と言ってくれた。今も心に残るこの言葉が、私の大切な宝物になった。
- いじめにあっている高1男子。集団のいじめは、放課後の教室でちょっとした悪さ、醜態の動画撮影に始まり、SNSでの拡散を脅しに、さらなる行為の強要にエスカレートしている、という。  
はたからは、男子グループが仲良く騒ぎ、遊んでいるように見えるが、彼は、新しいコミュニケーションツールにも追い詰められ、孤立し、無力感に陥っている。

## ゲートキーパー養成研修を全道展開

「北海道いのちの電話」は、2016年秋から札幌市の委託を受けて始めた「市民向けゲートキーパー養成研修事業」を、道の補助事業として全道規模で展開しています。

道は2012年からゲートキーパー養成に力を入れてきましたが、さらに研修内容を充実させて、心の悩みを抱える人の理解者、見

守る人を道内各地に増やそうと、すでに札幌市内で研修事業の実績を積んでいる「北海道いのちの電話」に依頼してきました。

第1回の研修は1月26、27日の2日間、旭川市で行われ、上川管内の市や町の保健師、民生委員、介護支援専門員など約20人が参加しました。

日本自殺予防学会常務理事を務める講師の札幌医科大学河西千秋教授が「北海道の自殺率は全国の水準より高い。日本は諸外国より女性の自殺率が高く、北海道も同じ」と資料を示して説明「自殺問題の本質を知り、自殺に傾く人を理解することが大事。問題を抱える人は自分から助けを求めなくなるので、こちらからの声掛けが必要です」と訴えました。



旭川市での研修風景

### 事務局日誌

(2017年11月~2018年2月)

#### 2017年

- 11月25日(土) 運営会議
- 12月 2日(土) 全体研修
- 16日(土) 運営会議  
理事会

#### 2018年

- 1月13日(土) サポーターズ研修会
- 20日(土) 運営会議  
HID40周年委員会
- 2月24日(土) 運営会議  
全体研修
- 27日(火) 札幌市監査

### 編集後記

ある日の新聞社会面に、3件もの、子ども虐待の記事が載っていました。言葉を失いました。別のページで「道路で転んだ夫に、通りかかった車の20代の女性が声をかけ、救急車を呼び、家にいた私にも連絡してくれました」「雪山に突っ込んで動けなくなった車を、通りかかった男性が、わざわざ自宅からロープを持ってきて、牽引してくれた」など、ホッとする話を読みました。私は、この社会には優しく親切な人が殆どなのだと思います。だから、虐待のような酷い記事は必ず、消えていくと信じています。  
(M・Y)

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/>



発行人 南 槇子  
編集人 広報委員会

## いのちの電話を支える3つのボランティア募集中

### ★相談員ボランティア

趣旨に賛同し、相談員として活動していただきます。今年の募集は既に受付が始まっており、申込は2018年4月30日（当日消印有効）までとなっています。所定の研修を経て認定を受けたのち、相談員となり相談電話を受けます。専門知識や資格などは必要ありません。皆さんもやってみませんか？

### ★サポーターズボランティア

皆さんの経験、知識、技術、ノウハウなどを生かして、いのちの電話の運営に参加していただきます。今年度も9月10日の世界自殺予防デーに行った、いのちミュージックデーコンサート、札幌市主催のゲートキーパー養成研修の二つの事業に参加しました。

### ★資金ボランティア

資金面で活動を支援していただきます。毎年継続して寄付をいただく継続寄付ボランティアは個人が3千円から、団体・企業は1万円から。また、いつでも、いくらでも寄付していただく一般寄付ボランティアも大歓迎です。

※詳しい内容は事務局 011-251-6464 に電話をいただくか、北海道いのちの電話ホームページをご覧ください。

## ご支援ありがとうございます 期間:2017年11月1日～2018年2月28日

2017年11月1日～2018年2月28日の間に次の方々からご支援をいただきました。ご厚志は365日24時間眠らぬダイヤル活動の貴重な資金として使わせていただきます。

銀行、郵便局からの振り込みの場合入金まで若干時間がかかり、この期間からずれることがあります。その時は次号でお名前を掲載させていただきます。匿名ご希望の方はお知らせ下さい。また銀行振り込みの方のお名前はカタカナのままとなり住所の確認ができず領収書をお送りできません。あわせてご了承願います。

お名前の記載漏れや誤記がありましたらお許し下さい。お気付きの場合、恐縮ですがご連絡をお願いします。

\*このご寄付には所得税、道・市民税に関して寄付金控除が適用されます（必要な方は領収書をご請求ください）。

〒060-8693 社会福祉法人 北海道いのちの電話 理事長 南 槇子  
札幌市中央郵便局私書箱107 北海道いのちの電話事務局  
事務局電話 011-251-6464 FAX 011-221-9095