

～ひとりで悩まず話してみませんか～



北海道いのちの電話

フリーダイヤル
毎月10日
(午前8時～翌日8時)

0120-783-556

24時間：011-231-4343

ナビダイヤル：0570-783-556

「自殺予防を願って」

若者の死因

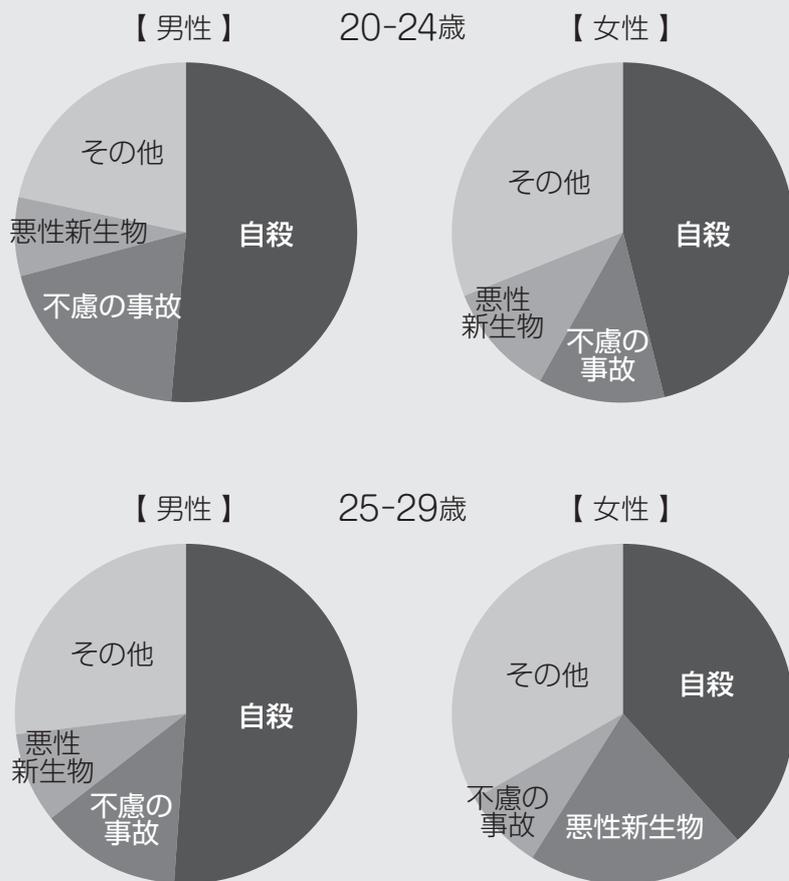
自殺が50%超え1位

右の円グラフは厚生労働省の人口動態調査から引いた「平成27年の20歳代の死因」です。

20歳代の男性の死因は、5歳刻みでともに1位が「自殺」で、しかも50%を超えています。女性は男性よりやや低いものの、やはり「自殺」が1位。これからの社会の中核として活躍が期待される、この年齢層の状況は実にショッキングです。

この年代が生まれ育った1990年代は、大手銀行の破綻が相次ぎ、リーマンショックに襲われるなど、わが国の社会状況は混乱していました。そうした先行き不透明な社会環境が、成長期の心身をむしばみ、今の若者の自殺の多さに関係している、という指摘もあります。

平成27年における20歳代の性別による死因：自殺の構成割合



厚生労働省「人口動態統計」より厚生労働省自殺対策推進室作成

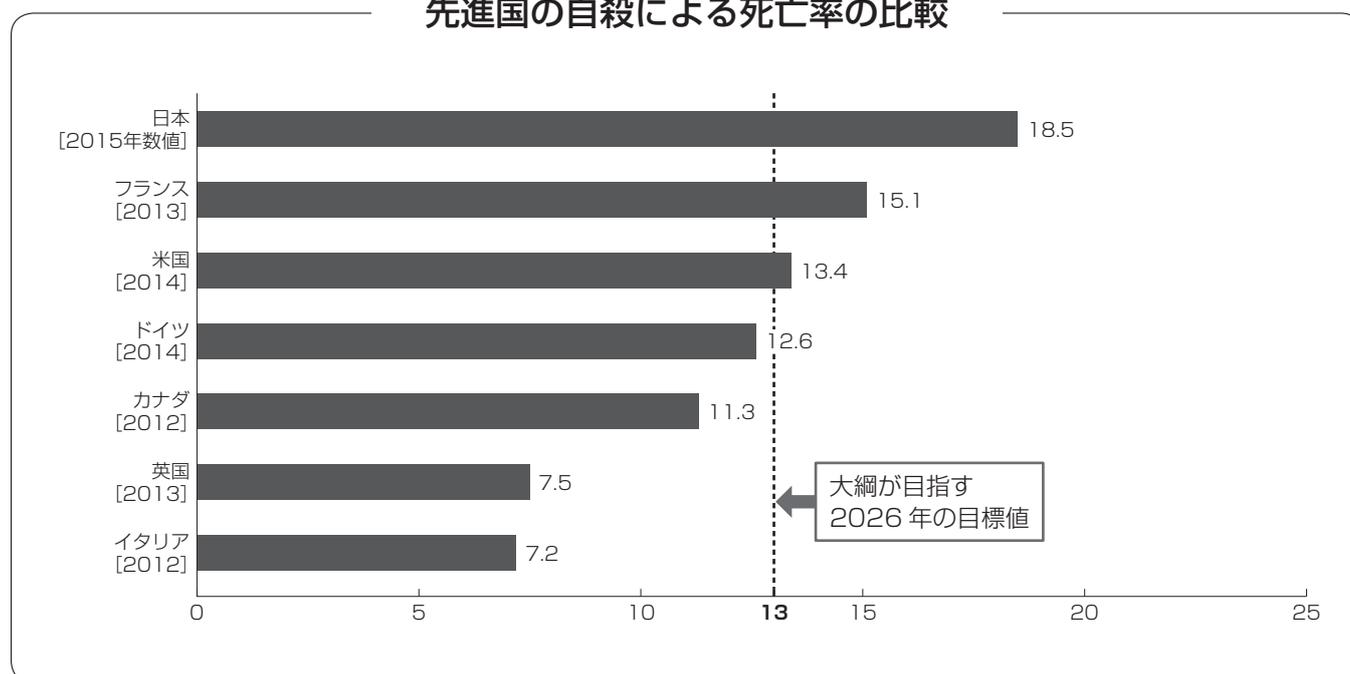
北海道立精神保健福祉センター 岡崎大介所長のコメント

我が国の 20 代の死因の第 1 位は自殺であり、死因全体に占める割合を見ると、年齢の前半、後半、男女を問わず、第 2 位の死因に水をあけています。20 歳代は学生だったり、有職者だったり、無職だったり、さまざまな人がいますが、厚労省の資料によると、学生の自殺は学業不振、卒業後の進路の悩み、就職の失敗に起因するケースが多い。有職者の自殺原因・動機は「勤務問題」の比率が高く、主婦は「健康問題」、「家庭問題」の比率が高い。保健、医療、福祉、教育、司法、労働等に関する機関およびその他関連する民間団体等が連携し、協働した取組を行うことによって、20 歳代の自殺の多くを防ぐことが出来ると思います。

■ 先進国の自殺死亡率 ■

厚生労働省「自殺総合対策大綱」（概要）には、WHO の先進 7 カ国の自殺死亡率（人口 10 万人当たりの死亡者数）が記載されています。比較して見比べると、我が国の自殺の現状がいかに厳しいか、よく分かります。（統計の基準年は国により異なる）

先進国の自殺による死亡率の比較



自殺死亡率を欧米先進国並みへ

政府は昨年 7 月、新しい「自殺総合対策大綱」を定めました。「年間自殺者数は減少傾向にあるが、非常事態はいまだ続いている」という基本認識を踏まえ「先進諸国の現在の水準まで減少させることを目指し、平成 38 年までに自殺死亡率を平成 27 年と比べて 30%以上減少させる」という目標を掲げました。

平成 27 (2015) 年の自殺死亡率 18.5 から、30%減の 13.0 以下へ。この大変重い数値目標を、どのような施策で実現させようと考えているのでしょうか。

主な項目を見ると

- | | |
|-------------------------------|----------------------|
| * 地域レベルの実践的な取り組みへの支援強化 | * 社会全体の自殺リスクを低下させる |
| * 国民一人ひとりの気付きと見守りを促す | * 民間団体との連携を強化する |
| * 自殺対策に係る人材の確保、養成及び資質の向上を図る | * 子ども・若者の自殺対策を更に推進する |
| * 心の健康を支援する環境の整備と心の健康づくりを推進する | * 勤務問題による自殺対策を更に推進する |

などです。

この大綱に基づき各都道府県、市町村は平成 30 年から 5 カ年の行動計画を立てつつあります。

大綱に沿って新事業に注力 **ゲートキーパー養成** **いのちの授業**

北海道いのちの電話は一昨年から、国の大綱に沿って活動の幅を広げてきました。

大綱の重点施策「自殺対策に係る人材の確保、養成及び資質の向上を図る」については、2 年前に札幌市からの委託事業として、昨年からは北海道の補助事業としてゲートキーパー養成研修を行っています。

ゲートキーパーは職場や地域で、いつもと様子の違う人を見かけたら、勇気を出して声をかけ、誠実に話しを聴き、必要なアドバイスができる“いのちの番人”です。

今年度からの北海道自殺対策行動計画は「民間の相談機関の“いのちの電話”との連携を強化する」としており、今後全道で養成研修が行われると思います。

さらに「子ども・若者の自殺対策を更に推進する」に関して、私たちが昨年から取り組んでいるのは、中学・高校・専門学校の生徒を対象にした「いのちの授業」です。最初に授業した札幌の学校で「いのちの電話を知っていますか」と聞いたら「はい」と答えてくれた生徒は 1 割に満たず、ショックを受けるとともに周知の努力の足りなさを猛省しました。

「ゲートキーパー」も「いのちの授業」も、参加した人たちによって横の広がりへ発展している現実があり、これからももっと幅広く根付くよう努力します。



イベント予告

9月10日(月)は世界自殺予防デーです。北海道いのちの電話はこの日、二つのイベントを実施します。

ティッシュを配ってPR

午前8時からJR札幌駅の東、西改札口付近で行います。今年は、趣旨に賛同する人たちが、JR恵庭駅と十勝管内音更町内でも実施「いのちを大切に」とアピールする予定です。

いのちミュージックデー

午前11時から午後7時まで、札幌駅前通り地下歩行空間(チカホ)の北3条交差点広場で開催します。広島県出身のシンガーソングライター玉城ちはるさんが駆けつけてくれるほか、札幌市立真栄中学校のスクールバンド部も初参加、合わせて9組のミュージシャンが演奏します。無料。

***** 市民公開講座 *****

10月24日(水)午後6時から、札幌市教育文化会館で行います。北海道医療大学看護福祉学部教授で、社会福祉法人 浦河べてるの家(創設者)理事 向谷地生良先生が「心の危機からの回復」をテーマに講演します。入場無料・事前申込制(先着順)

事務局日誌

(2018年3月~6月)

2018年

- 3月13日(火) ゲートキーパー研修
- 24日(土) 理事会
市民公開講座
- 26日(月) 自治労北海道書記評議会で
いのちの電話の活動PR
- 27日(火) 広報発送(132号)
- 4月21日(土) 39期生認定式
相談員交流会
運営会議
- 28日(土) 旭川ブロック会議
- 5月19日(土) 理事会
運営会議
- 31日(木) 北広島教会の教会員に
いのちの電話の活動PR
- 6月 2日(土) 41期生応募面接
- 9日(土) 評議員会
- 11日(月) 恵庭市和光小学校のPTAで
いのちの電話の活動PR
- 23日(土) 運営会議

編集後記

広報委員になって「いのちの電話とは?」「広報誌とは?」「ボランティア活動って誰のため?」「北海道いのちの電話のスタッフとして何が出来る?」等、原点に戻って調べ、考える機会をいただきました。

WHOによると、どの国でも自殺は10位以内の死因であり、15~34歳の年代では、ほぼ3位以内の死因になっているそうですが、日本のデータは「20代の死因の半数以上が自殺」で、これは先進7カ国の中で最も高いことに気が付きました。

今の日本では、20代、30代のこれからの時代を担う方々が、他の先進国と比較して“自ら死を選ばざるを得ない過酷な状況”の中で暮らしているということなのでしょうか。

この現状を一緒に考えていただけませんか。(F・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