

地域における「自殺対策支援ネットワーク」のモデル案

～効果的かつ効率的な自殺総合対策を目指して～

自殺対策の実践において、自治体の担うべき役割は大きい。
国は、自殺対策における基本戦略の策定を行い、関係機関による連携の枠組みを構築し、そのために必要な法律の整備などを行う。しかし、実際には自治体が、それぞれの地域の特性に応じた自殺対策を立案し、実務的な取り組みを推進していくことになるからである。
自殺という「避けられる死(avoidable death)」から、地域住民の生命の安全をどう守るのか。地域における「自殺対策ネットワーク」のモデル案をここに提示したい。

【自殺対策支援ネットワークとは】

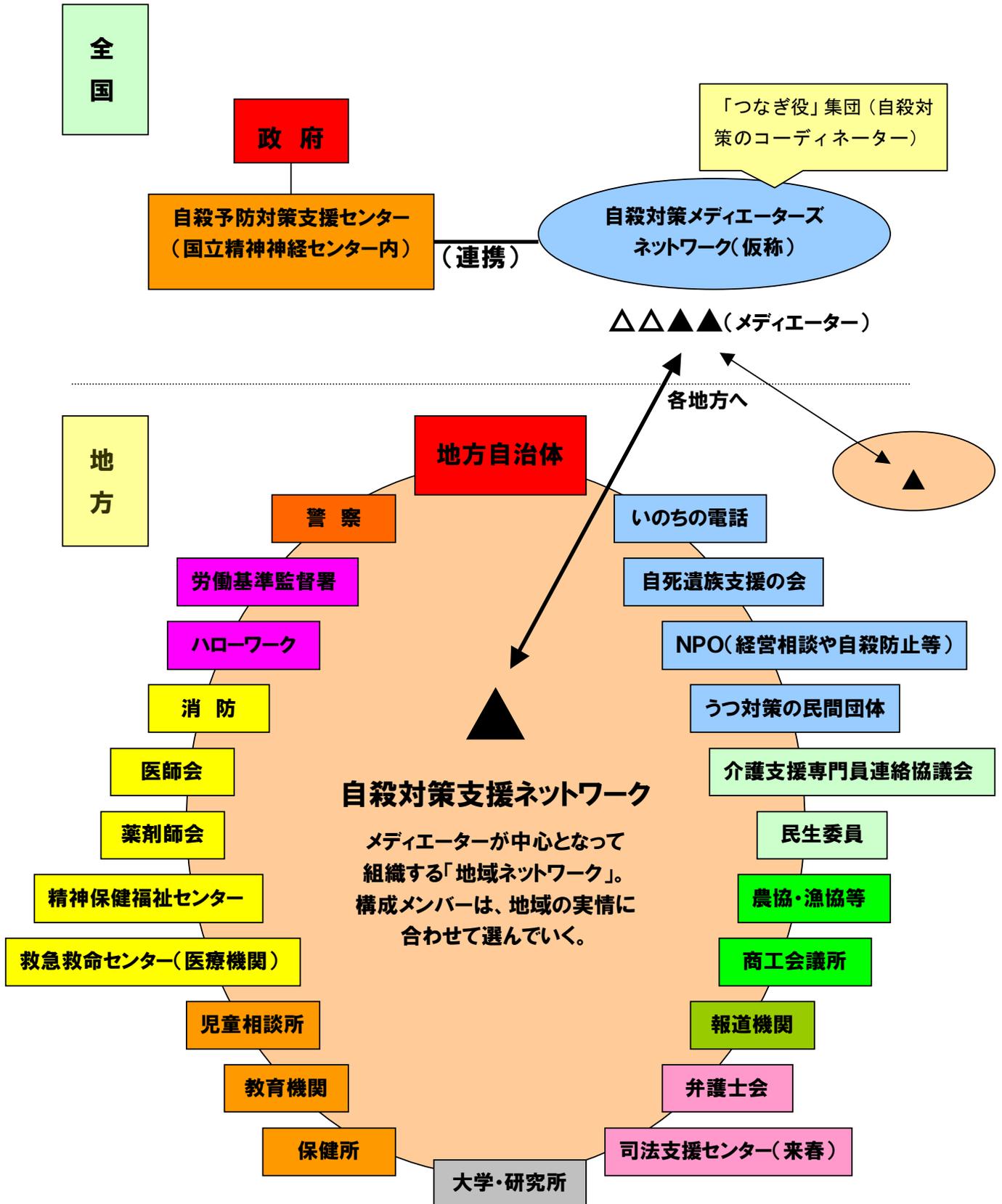
自殺対策支援ネットワークとは、自殺予防(prevention)と危機介入(intervention)、それにアフターケア(post-vention)を、それぞれの地域の特性に合わせて包括的に行うことを目的とした「自殺対策関係者のつながり」のこと。精神科医や弁護士、民間ボランティアや学校関係者、報道関係者や行政担当者など、直接的あるいは間接的に自殺の問題に取り組んでいる人たちをつなぎ合わせ、より効果的かつ効率的な自殺対策の実現を目指すものである。

【地域の自殺対策力をアップさせるには】

(ネットワークをただ組んだだけでは、地域の自殺対策力はアップしない。ネットワークは健全に機能してはじめて、その力を発揮する。)

- ①相談窓口を増やしてネットワークを強化する：自殺の要因となる「心の悩み」や「借金」、「DV」や「いじめ」などに関する相談窓口を増やし、地域における相談の間口を広げていく必要がある。そして、どこかの相談窓口に助けの手を伸ばせば相談者が確実に救われることになるよう、相談窓口同士が連携して対応に当たれる体制を築いておく必要がある。そうやって地域におけるセーフティーネットの網を広げ、かつ網の目を細かくしていくべきである。
- ②メディエーターを置く：メディエーターとは、自殺対策における「つなぎ役(推進役)」のこと。危機介入にしても、遺族支援にしても、自殺対策の活動は非常に過酷であり、みな目の前の活動に手一杯である。構成員が多様になればなるほど硬直化しやすくなるネットワークを常に有機的な状態に保つためには、純粋に「つなぎ役」に徹し、それぞれの構成員と信頼関係を築くことのできるメディエーターの存在が欠かせない。またメディエーターを孤立させないためにも、情報交換などができるメディエーター同士の「つながり」も必要である。
- ③既存の社会資源を最大限有効活用する：新たに組織を立ち上げるのではなく、すでにある組織にテコ入れをすることで、素早く効率的に活動の幅を広げていく必要がある。

【図解】



【ネットワークの3大メリット】

① 柔軟かつ迅速に「現場のニーズ」に対応できるようになる。

自殺を防ぐために重要なのは、「自分たちに何が出来るか」ではなく、「当事者にとって何が必要か」という発想で対策に当たること。さまざまな分野の専門家が必要に応じて連携できる体制が整っていれば、心理的あるいは物理的な要因が複雑に絡み合っていることの多い自殺の問題にも、柔軟かつ迅速に対応することができるようになる。

② 「支える人」を孤立させないことが現場の問題解決力の強化につながる。

自殺企図者や自死遺族を支える活動というのは、大きな心理的負担を伴う。「支える人」たち同士が互いにつながり合えば、「あの問題のときはあの人に、この問題の時はこの人に」と何かあったときに支え合えるようになる。それぞれが自信を持って活動できるようにもなる。

③ 自殺対策におけるセーフティネットの網の目が確実に細くなる。

「あの情報を知っていれば自殺せずにすんだのではないか」というようなことが、例えば借金を苦にして亡くなるような人に決して少なくはない。ネットワークを活かすことで、「情報を必要としている人」に、「必要とされている情報」を的確に届けていくことができるようになる。」

【メリットの具体例】

- ① 例えば、自殺未遂をした人が救急救命センターに運ばれたとする。もしそこに精神科医が連携に入っていれば、未遂者は外科的治療と同時に精神的なケアを受けることができる。さらに自殺の原因が借金だったとしたら、担当医がPSWや弁護士と連携を図ることで、未遂者が自殺した元々の原因までも早期に解決させることができる。
- ② 例えば、いのちの電話に「死にたい」と電話があったとする。じっくりとその悩みに傾聴しつつ、ネットワーク関係者の一覧リストから、DVやいじめ、パワハラや借金など、その人が死にたいと思う根本的な理由を解決させられる専門家を紹介することができる。
- ③ 例えば、ある家族が身内を自殺で亡くしてしまったとする。警察と心理カウンセラーとが連携して現場に赴くことができれば、「事情聴取」と同時に、遺族の心のケアも行っていくことができる。また遺族の会の情報をその時点で提供できれば自死遺族が孤立を深めていく前に支援を始めることができる。同意を得た上で、遺族の話を自殺対策に役立てることもできるようになる。
- ④ 例えば、ある学校の生徒が不幸にも自殺で亡くなったとする。ネットワークがあれば、その生徒のご遺族には警察と心理カウンセラー、遺族の会が、また学校の他の児童や教師たちにはファシリテーターや心理カウンセラーなどが連携してサポートに入ることができる。並行して、報道関係者には不適切な報道を控えるよう、働きかけることもできる。

※なお、「自殺対策支援ネットワーク」は、その形成過程において地域社会作りに大きく貢献するだろう。また他の諸問題を解決する上でも有効なネットワークになっていくはずである。

以上