

LIFE LINK

N P O 法 人

自殺対策支援センター ライフリンク

〒102-0071 東京都千代田区富士見2-10-17

Tel. 03-3261-4934 戸村ビル202

http://www.lifelink.or.jp

代表 清水 康之

10万人署名 生かす責務

「自殺対策基本法」全党一致の成立

実効性ある具体策作り民官学の連携で

自殺対策基本法が、先の国会で成立した。自殺はこれまで「個人の問題」としてやり過ぎられてきたが、基本法では「背景に様々な社会的な要因がある」として「社会の問題」と位置づけ、総合的な自殺対策の策定と実施を国や自治体、事業主らの責務とした。「年間自殺者3万人」という深刻な事態が

1998年から続くなか、ライフリンクではかねてより「自殺は社会問題。国として対策に取り組みべき」と主張してきたが、基本法の制定により、ひとまずメッセージは体现した。国や自治体、民間団体がどう連携体制を構築し、どんな具体策を打ち出し、ていけるか、今後の課題である。

「基本法」は自殺対策に関する初めての法律として、対策実施の責任所在を明確にし、対策の理念や基本施策をつたっている。主な中身は「自殺は社会的な問題であり、対策の実施には国や自治体が責務を負うこと」多角的観

点から自殺実態の調査・解明を行い、対策にいかすこと精神保健的観点からの「心理的剖検」では十分

機関など、関係者は密接な連携のもとで対策に臨むこと未遂者や自死遺族への支援を行うこと

国や自治体、民間団体や医療



扇千景参院議長に10万人の署名を渡す清水ライフリンク代表ら

組む民間団体を支援すること官房長官を長とする自殺総合対策会議を設置し、政府の対策を毎年国会に報告するよう義務づけること……などである。

この基本法の実現に向け、ライフリンクでは4月から全国各地で「3万人署名活動」を展開した。目標3万人には、ひとりの死が年間3万積み重なる深刻さを社会に訴えようという狙いを込めた。作家

の重松清さん、東大教授の姜尚中さんらが賛同者に名を連ね、「東京自殺防止センター」などが賛同団体として一緒に動いてくれた。

その結果、6月初旬に署名は目標をはるかに超す10万人が集まり、同7日、署名と請願書を扇千景参院議長に提出した。これを受け、超党派による議員立法の形で、基本法が成立した。

基本法の施行は9月以降になると見られるが、すでに施行後を見据えた動きも始めている。

政府は、内閣府に7月14日付で、関係省庁からの出向者で構成する「自殺対策推進準備室(北井暁子室長)」を発足させ、基本法の施行や大綱案策定の準備などに動き出した。

民間団体でも、ライフリンクが中心となって「つながり強化」の動きを活発化。基本法という新しい枠組みの中でできうる最善の具体策とは何なのか、現場からの提言をまとめた。

「これからの課題は、みんなで共有できる自殺対策のグランドデザイン(全体構想)を構築すること。そしてその下で、民・官・学がどう連携していくのか、それぞれの役割分担を明確にすること」と、ライフリンクの清水康之代表は語る。

実効性のある自殺総合対策へ。さあ、思い切り踏み出していこう。(関連記事2〜5 10〜11面に)

遺族の会・つどい特集6〜8面に

ライフリンク通信 第4号拡大号

2006(平成18年7月28日)

編集責任者 岩見琢郎

「つながり」の勝利

基本法成立に想う
清水 康之

法制化を目指してきた中で、最も強く印象に残っている場面がある。

国会閉会までひと月余りと迫り、法制化に向けた動きが大詰めを迎えようとしていた5月10日の国会議員会館地下通路。半年ぶりに会った山本さんは、私を連れて移動しながら、同僚議員に電話をかけている。「いま事務所におる？これからちよっと伺いますけいいですか？」

山本さんとは、国会で自らがガン患者であることを告白し、治療をしながら、ガン・自殺対策に取り組んでいる山本孝史議員(民主)のことだ。

法制化への協同戦線を張りつつも、私は山本さんの体調が良くないという聞いていたので、用件はいつも電話で伝え、事務所にお邪魔するのを自重していた。この日は、たまたま他の用事が重なって久しぶりの再会となった。するとこの機会を逃すまいと、私の心配をよそに、山本さんが私を関係議員行脚に連れ出してくれたのだ。

根回ししておかなければならない議員がいる。山本さんは、電話をしてはアポを取り、私と一緒に向いては協力を訴えた。躊躇する議員には「これ(法制化)は私の置き土産だから」と半分真顔で迫った。

山本さんに「無理しないでくだ

さい」などと言うのも失礼なことだと私は思った。恩義に応えるためにも、とにかく全力で法制化に尽くそうと誓った。

振り返ると、私たちライフリンクが法制化に向けて動き出したのは今年のはじめ。山本さんの秘書の方が事務所を訪ねてきた

山本議員の迫力と署名の束が



10万人署名の束

ときからだ。

「山本(議員)が法律を作りたいと言っている。去年の5月のようなことができないだろうか」と秘書の方。去年の5月というのは、ライフリンクが主催して行った議員会館での自殺対策シンポジウムのこと。当時参院厚労委のメンバーだった山本さんや山本さんの盟友、武見敬三議員(自民)が、尾辻秀久厚労相(当時)と連携して、

後に『自殺対策推進決議』へとつなげてくださった催しのこと。

今年3月、出来上がったばかりの法案が山本さんから送られてきた。

「今国会で法制化できるかは分からない。でも目指す価値はある」。電話でそう話す山本さんに、私も「ぜひやりましょう。私たちにできることはすべてやります」と伝えた。

民間の現場にできるのは「国民の声」を国会に届けること。自殺対策の関係団体に呼びかけて、連名で『要望書』を提出することに決めた。しかし、この際ならばとも考えた。「自殺は社会の問題」と訴えるわけだから、関係団体だけでなく、社会全体をも巻き込んでいけないかと。

そこで思いついたのが「自殺対策の法制化を求める3万人署名」だった。「年間自殺者3万人」と言葉にすると一語だが、それは私たちと同じように、名前も住所もあり家族や友人がいる「ひとりひとり」が3万人亡くなっているということ。その重みを国会や社会に訴えるため、3万人の署名を集めるのがいい。そう直感したのだ。

他団体にも連携を呼びかけ、現場で活動する仲間には「発起人」に、私たちを応援してくれていた著名人の方々に「賛同者」になっていた。マスコミに売り込むため、街頭での署名活動を全国の仲間たちと連携して行った。結果、全国紙や

全国放送だけで30回以上も報道され、『3万人署名』の知名度は確実に上がった。

締切近くなると、日に数千という単位で集まるようになり、最終的には、「10万1055人」と、わずかにひと月半で当初目的の3倍以上の署名を集めることができた。

「つながり」の勝利——法制化の実現には、山本さんたち「自殺対策を考える議員有志の会」の方々と民間の私たち。それに、議員秘書や官僚の方々、報道関係者など、法制化を共に目指した同志たちとの連携が大きな鍵となった。だから私は、基本法の成立をそう評したいと思う。

法制化に反対する人たちの中には、「自殺は立派な人間の権利だ」と主張する人がいた。そうした主張自体には、私も反論する気はない。しかし、人間には生きる権利だってあるではないか。自殺対策基本法は、自殺に追い詰められる人を減らし、家族を自殺で亡くした人たちを支えていくための法律なのである。

自殺総合対策の「足場」として。生き心地の良い社会を築くため。この法律を存分に使い倒していこう。

山本さん、どうか今後とも、お力添えをよろしくお願いいたします！

(ライフリンク代表)

【「自殺対策基本法」制定に関係された人・団体】 (敬称略)

★「自殺対策を考える議員」の方々
尾辻秀久(自民) 西島英利(自民)

武見敬三(自民) 柳澤光美(民主) 朝日俊弘(民主) 山本孝史(民主) 木庭健太郎(公明) 小池晃(共産) 福島みずほ(社民)

★「3万人署名」賛同者(50音順)
稲盛和夫(京セラ名誉会長) 姜尚中(東京大学教授) 倉本美津留(放送作家) 斎藤友紀雄(日本自殺予防学会) 重松清(作家) 洪井哲也(ジャーナリスト)

瀧本智行(映画『樹の海』監督) 野田正彰(関西学院大学教授) 八木宏之(セントラル総合研究所代表)

★協力団体(順不同)
東京自殺防止センター(東京)

親の自殺を語る会(大阪) こころのカフェきょうと(京都) 心に響く文集・編集局(福井) 相談室カンナ(京都) りんどうの会(岩手) わかちあいの会「風舎」(兵庫)

生と死を考える会(東京) れんげの会(福島) 蛍の会(沖縄) Re(長崎) 心といのちを考える会(秋田) 猫次郎研究所(東京)

NPO 京都光(京都) 蜘蛛の糸(秋田) ビックフット(佐賀)

あんだんて(埼玉) 円覚山安楽寺(東京) 大阪自殺防止センター(大阪) リメンバー福岡(福岡)

共生支援センター(福岡) 浄土真宗本願寺派(東京教区)

いのち こころ 死について考える会(京都) ライフリンク(東京)



山本議員(左橋)と武見議員(右端)参院議長室で

民(当事者)が声を上げ 政(議員)が協働の手本

参議院議員 山本 孝史

「交通事故死者を減らすための施策が展開される一方で、自殺者が8年連続で3万人を超えているのに、総合的な施策がない。自殺対策を総合的に展開するための法律を作ろう」。そう思ったのは、04年の秋のこと。あしなが育英会の玉井義臣会長の一言がきっかけだった。

「奨学金利用者に、親を自殺で亡くした子どもたちが増えてきた。これまでは、『自殺』うつ病対策」とされ、厚労省が専ら担当してきたが、自殺は社会問題だ。病氣としての対応では不十分だ。民主党内に「自殺対策ワーキングチーム」を立ち上げ、精神科医でもある朝日俊弘議員の助力も得ながら、自殺問題に詳しい先生や相談活動従事者などからお話をうかがった。

大きく法制化に動き始めたのは、昨年の2月。衆院は予算審議中で参院は開院休業。「何か、調

査活動をやろう」と、与党筆頭理事だった武見敬三氏と意見が一致。参議院厚労委で、高橋祥友、中村純、本橋豊氏から自殺問題について意見を聞くことになった。そして、5月には国会内で「自殺問題シンポジウム」をライフリンク主催で開催。尾辻秀久厚労相(当時)は、予定時間が超過しても、遺族らの発言に耳を傾けてくださった。7月に厚労委で「自殺予防の推進に関する決議」、12月には関係省庁連絡会議の発足と、法律よりも現場が先に動いている感じでした。そして悲願の自殺対策基本法が6月15日に成立した。これまでも幾つかの議員立法に

「自殺総合対策」への道、さらに連帯して

関係者の声 (敬称略)

◇ 参議院議員 武見 敬三

昨年通常国会にて参議院厚生労働委員会が「自殺防止等の対策を推進するための決議」を採択して以来懸案となっていた自殺対策基本法を成立させることができたことは大きな進歩だと思います。

日本の社会には、「暖かい連帯意識」が不可欠です。私は、この法案を成立させる働きかけをして

民社会がより一体となって自殺予防等に取り組んでいけたらと思います。

◇ 秋田大学教授 本橋 豊

自殺対策基本法が成立し、自殺対策を総合的に推進する法的基盤ができました。腰の重かった自治体や大都市部での対策の進展が期待され、我が国の自殺対策の底上げにつながります。法案成立には10万人を超える署名活動を主導したライフリンクの役割は大きかったと思います。人びとの「つながり」を大切にするライフリンクの

◇ 東京大学大学院 教授 姜 尚中

人間の顔をした資本主義はあるのか。3万人を超す「自殺者」を出すような資本主義は、それにふさわしいとは言えないはずだ。一日に90人近くの「自殺者」を出すような社会に人間的な連帯などあるはずがない。連帯を取り戻そう、どんな人間も生きられるような社会にしよう。やまとまっとうな声

◇ セントラル総合研究所 代表 八木 宏之

「やった！」知らせを聞いて思わず叫びました。自殺は個人では

なく社会の問題だと国がようやく認めたのです。皆さんの署名活動が、起爆剤となりましたね。

◇ 東京自殺防止センター 西原 由記子

30年自殺防止活動をしてきた者にとって、政府が本腰をいれて取り組む道ができて嬉しい。「これから」だと多くの人が期待している。必要な問題が山積している現場の声に耳を傾け、国・民間・学者の横断関係を具体的な行動に繋げ

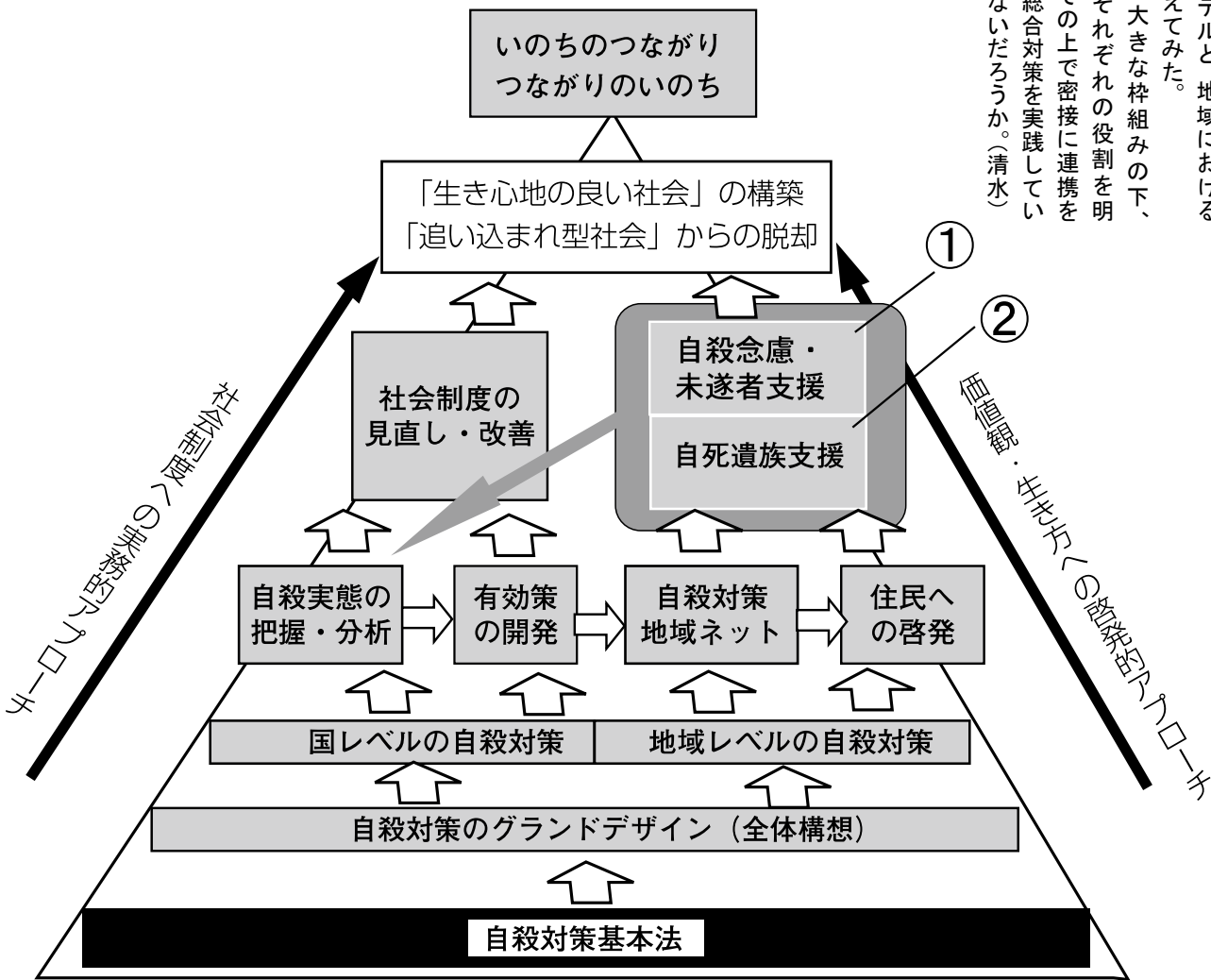
る努力を惜しまない。基本的人権をしっかりとふまえ生きた関係を構築しよう。

◇ NPO法人・生と死を考える会 杉本 脩子

3万人署名まであと5千人と聞いた時には、「ああ、とても無理」と思いました。遺族の方たち、遺族と直接関わっている方たち、ともに複雑な思いがあつて主旨をわかっていただくにはあまりに時間が少なかつたのです。

けれども最後の週になって、短いながらも、考える時間を十分とられたという感じで賛同者がどつと増えました。願みられることのない遺族の支援が盛り込まれた法律が出来上がり、深い感慨をおぼえています。

自殺総合対策推進モデル(清水私案)



法律は出来た。あとはいかに実効性のある総合対策を構築し、実行するかである。そこで自殺総合対策推進モデルと、地域におけるモデルを考えてみた。

こうした大きな枠組みの下、「民・官学」それぞれの役割を明確にして、その上で密接に連携を図りながら総合対策を実践していくべきではないだろうか。(清水)

地域における自殺対策モデルの軸は二つ。「自殺念慮・未遂者支援」と「自死遺族支援」。

① 【自殺念慮・未遂者支援の理念】
「死にたい」という人の気持ち

② 【自死遺族支援の理念】
自死遺族が孤立していくのを防ぐため、初動段階から警察と「遺族のつどい」などが連携して、情報提供等の必要な支援を行っていく。すでに孤立を強いられている遺族に対しては、官民が一体となって啓発活動を行うなどして支援していく。また必要に応じて法律相談

③ いつでも互いに紹介しあえるよう、自分たちの地域にどういった相談窓口があって、どういう人たちが相談に乗っているのか、リスト化してまとめたものを相談窓口同士で共有し、実際に顔の見える関係も築いておく。

④ 自死遺族支援のための啓発活動は少なくとも年に1度はシンポジウムや講演会などを開き、地域住民にたいする啓発活動を行う。その場で、「自死遺族のつどい」に関する情報提供も行い、遺族に参加を呼びかける。

に寄り添いながら心理的ケアを行い、同時に「死にたい」と思うようになった背景的問題の解決を図っていく。目の前の危機に対応しながら、根本原因を取り除いていくようにする。

【自殺念慮・未遂者支援のあり方】
① 「死にたい」という人に接する機会のある人たちへ精神医療や民間の電話相談窓口、それに救急医療などが連携して心理的ケアにあたる。自殺念慮・未遂者を孤立させないようにする。

② 同時に、精神科ソーシャルワーカー(PSW)や民間のボランティアが「つなぎ役」となって、「死にたい」と思うようになった背景的原因を聞きだし、その解決に必要な相談窓口を紹介・社会資源を提供する。

や借金相談などの相談窓口も紹介していく。

【自死遺族支援のあり方】
① 警察官への研修 自死遺族に最初に接するであろう警察官に対して、遺族がどういう思いを抱いており、どういう言葉に傷つきやすいか、前もって研修をして知らせておく。

② 自死遺族へ渡すクリアファイル 警察官が自死遺族に事情聴取をした後、遺族に渡せるクリアファイル(あるいはリーフレット)を用意しておく。そこに、「自死遺族のつどい」や「相談窓口」、「奨学金情報」や「法律相談」などの連絡先一覧を載せておく。(また一緒にアンケートを渡し、自殺実態の把握に協力してくれる人を募る。)

③ 自死遺族のつどい 官民が協力して自死遺族の「わかちあいの場を、月に1度のペースで開催する。その際、民間が「わかちあいの運営」といったソフト面を担い、行政が会の開催場所確保や広報などのハード面を担うようにする。また会のバックアップには、精神保健福祉センターが入るようになる。

「自殺問題」を世に問うた源流の若者に聞く

自殺対策基本法ができたが、ここに至る源流には、自殺で遺された側の痛みを社会に対し、実名で訴えたあしなが育英会の遺児学生たちの勇気とうめきがあった。2001年12月、自殺防止を小泉首相に陳情した10人のうち、4人に今回の法制定についての感想を語ってもらった。

おびえながら始めたが

初めはたった2人の活動でした。その活動は孤独で、怖くて、おびえながらのものでした。テレビに映る自分を見て、怖くて涙が止まりませんでした。手ごたえを実感することも難しく、まるで雲をつかむようなものでした。

そんな細い活動が少しずつ輪を広げ、法制化にまでなったことは本当にうれしく思います。ライフリンクをはじめ、多くの人たちが立ち上がり社会を動かした。その活動の一員になったことは私の誇りです。ありがとうございます。
(埼玉県・斎藤 勇輝)

人の心も変える法律に

2000年に自殺によって親を亡くした経験を社会に初めて語った時、僕は声をあげることしかできませんでした。それから6年、僕らがあげた声をここにまでどり着かせてくれた多くの方々に、心

よりの感謝と敬意の念を抱いています。

自分だけでなく、私は出会った遺族の想いも常に訴えてきたつもりです。だから、僕の出てきた遺族の分も含めて皆さんにお礼が言いたい。本当にありがとうございます。社会だけでなく、人の



街頭署名活動の斎藤、久保井、山口さん

心を変える法律になって欲しいと願っています。
(長野県・久保井 康典)

自殺減らす一端担えれば

「自殺者 3万人」との新聞見出しも、いまや当たり前のことのようにさえ、とらえられる中で、ようやく国が本格的に対策に乗り出すことは大変喜ばしいと感じる。自殺を考え、悩み苦しんでいる

人、悲しくも遺され、もがき苦しんでいる遺族、1人でも自殺者を減らそうとさまざまな活動を進めてきた方々にとって、法制化は大きな励みにもなる。

法制化によって自殺者が激減することはないだろうが、それぞれが自殺者を減らす根拠はできあがった。同じ苦しみを持つ人が1人でも減っていくことを望むし、その一端を少しばかり担うことができればと、いまは考える。
(長崎県・山口 和浩)

大好きなお父さんに報告

5月13日、新宿の街頭で署名を集める私に、高校生くらいの女の子が「署名します。うちも母が未遂をしたので」と声をかけてくれました。私も彼女くらいいこのころに父が未遂をし、そして高3の時に本当に逝ってしまいました。

10年前は社会も私自身も未遂というものをあまり深刻に受け止めていなかったように思います。

8年連続3万人という現実が人の意識を変え、国を動かしました。悲しい現実も多いけれど、今回の法制化により自殺は減らしているのだと今まで以上に強く信じていることができました。

このことを大切なお父さんに報告したいと思います。
(神奈川県・高木 美和)

握手の強さにライフリンクの意志が

「法制化実現に向けてがんばりましょう」。ライフリンク代表の清水康之さんはさっと右手を出した。こちらもやや戸惑いながら右手を出すと、がっちり握手された。清水さんに自殺対策基本法案について初めて取材した4月13日。2時間にわたって話を聞いた後、JR飯田橋駅前別れ際の出来事だった。

のみなさんのほか、政治家や中央官庁の役人の中にも「社会的に追い詰められた末の自殺をなくしたい」との思いを強く持っている人がいた。それらの人々の気持ちが一本につながったため、これほど短期間に法律ができたと思う。清水さんの「握手」で象徴されるつなぎ役「ライフリンク」が、法案成立に果たした役割は間違いなく大きかった。

私には4月17日の朝刊1面に書いた「自殺対策 新法で『遺族支援を』」の記事を皮切りに、法案成立まで関連記事を18本書いた。取材をし記事にすればするほど、自殺問題がいかに深刻なのかを改めて認識させられた。清水さんは法律で「足場」ができ、これからは大切と強調する。報道も一緒だ。一人でも自殺者を減らすため、息長く書き続けたい
(毎日新聞社会部記者 玉木達也)

米国の高校、大学での留学経験から、清水さんの握手はごく自然の習慣にも見える。一方で、行政と政治家、マスコミ、一般市民らとの「つなぎ役」を果たす責任感からそうしているとも思える。2カ月後の6月15日に国会で対策法が成立した瞬間、清水さんの握手の強さを思い出した。

私には4月17日の朝刊1面に書いた「自殺対策 新法で『遺族支援を』」の記事を皮切りに、法案成立まで関連記事を18本書いた。取材をし記事にすればするほど、自殺問題がいかに深刻なのかを改めて認識させられた。清水さんは法律で「足場」ができ、これからは大切と強調する。報道も一緒だ。一人でも自殺者を減らすため、息長く書き続けたい
(毎日新聞社会部記者 玉木達也)

9.10世界自殺予防デー

今年もフォーラム開催します

今年も、9月10日のWHO「世界自殺予防デー」に、ライフリンク主催のフォーラムを東京で行います。

テーマは「自殺対策のランドデザインを考える」の第2弾。昨年は自殺総合対策のランドデザイン作りのための、民・官・学あげての全国的なつながりが主眼でしたが、今回は自殺対策基本法成立をうけて、国の自殺対策大綱のあり方を徹底議論する場にできればと考えています。

詳細は後日ホームページにてご確認下さい。

うつむいていた顔上げ、笑顔に

長崎
自死遺族の会 Re

4月上旬、「新聞で遺族会のことを見ましたが、山口さんはいらっしやいますか」との電話が毎日のように数件ありました。受話器をとると、「私は昨年、息子を亡くしたんですが」と自らの体験を切々と語り出すことが多い。30分を超えることも珍しくない。

こうして、事前に問い合わせも含め30件の電話が入り、参加申し込みは20件ほどでありました。しかし、会場を確保したり、スタッフを集めたり、とにかく開催にこぎつけたものの、「本当に分かち合いが成り立つのか」「参加者が多すぎたらどうしよう」という不安を抱えながら、1回目の分かち合いの会が始まりました。

4月8日。不安と期待を抱えながら参加者を待つが、参加者はなかなか来ない。時間が経つにつれて、1人、また1人と会場に現れ、最終的には8人を数えました。みなさん表情も固く、互いにけん制するかのようにつむいています。しかし、いざ話を始めるとこれまで胸の奥底にため込んでいた思いを少しずつぶつけて来ました。その思いにスタッフも懸命に耳を傾けました。

大阪
親の自殺を語る会

最後のお茶会では、ただうつむくことだけだった参加者が、顔をあげ笑顔さえも見せ始めたので大阪・吹田の「親の自殺を語る会」。話したい人は話し、話したくない人は話さない。途中で退席してもいい。人の話をさえぎったり、批判したりするのはNG。誰も話さなかつたら沈黙を共有し、その空気も大事にする。シーンと音のない静かな空間で、ただ座っているのもなかなかいい。

2年ほど前によく参加していた女性が、久しぶりに訪ねてきた。そのころ、彼女は参加しても一言も話したことがなかった。最初から最後まで、ただ、黙って、人の話に耳を傾けていた。

そして、今回の参加。「では、話します」。空気がピンと張り詰める。彼女は、紙を取り出し、「自分はずっと親に捨てられた、置いていかれたかと思っていたこと」「自分も親の自殺した年齢で死ぬかと思っていたこと」「親が死んだ時、幽霊になって出てくるかもしれないと怖かったこと」「助けてあげられなくて悲しかったこと」を淡々と声に出していく。

そして、親の亡くなった年齢に達し、自分には未来があったことを知ったと言う。ずっと話せな

今は 頑張る支えに

自殺対策基本法が制定されたが、なんといっても待たれるのが、自死遺族のケアの場となる分かち合いの会や自助グループの存在である。各地のつどいの現場からの報告には、強く参加を望みながらも迷う人、参加したあと次の会までまた頑張ってみよう力をもらう人など、遺族の深い深い心が読みとれる。遺族にとって安心できる場が全国に広がる日が待たれる。

参加し易いよう近県ネットを

福島
れんげの会

「れんげの会」の所在地、福島市は東北の玄関口にあたります。そして、東北の中心はなんと言っても仙台市ですが、そこでも遺族のつどいの準備が始まっています。南東北の遺族ケアのネットワークづくりは着々と進んでいます。

「れんげの会」では、昨年暮れに1回目のつどいを開き、2か月に一度の割合で続けていますが、不思議なことに、宮城県とか山形県とか、少し離れたところからの参加者が多いのです。遠方から来られた一人の参加者はこう言っておりまして。「近く

たい」との思いが高まった時に、「話せる」「話を聞いてもらえる」。そんな場所を準備していくことが私たちの会の役目であるのだと考えています。

会の名は「自死遺族の会Re（アールイー）」と名付けました。自助グループとして毎月第2土曜に定例会を主催します。分かち合いの会も5月、6月と3回を終えたが、「これからが本番」と自分自身に気合を入れています。

もしかしたら福島市内の方にとって、近いことがかえって「行きにくい」ともあるのかもしれないとも思います。近くだから参加しやすいだろうとは言い切れない

福岡
リメンバー福岡

「リメンバー福岡」は今年で3年目を迎えようとしています。平成16年9月、相次ぐ台風の影響で、朝刊を開いた私は度肝を抜かれました。なんと一面トップ記事に、「九州で初めての自死遺族会・福岡に発足」と、増え続ける自殺者の記事とともに「リメンバー福岡」が大きく紹介されていたのです。

告知依頼はしたけれど、なにも一面に載せなくても。灯台の灯りが強すぎたのは遺族が参加しづらいと、アドバイスをいただいていたのに」と予期せぬ出来事に不安を募らせ、会場の追加にあわてふためきました。

初回は九州各地から29人の参加。その後も2か月に1度の集いには20人を超える方々が来られています。16歳の少女から70代のご夫婦まで。四十九日もまだ済まない方から68年前の出来事の方まで、その背景もさまざまです。

埼玉県越谷市内にて開催しました。1回目は参加者がいなかった。実質今回が初めての実施。申込み6名うち参加された方は4名、スタッフ7名での開催となりました。午前中からスタッフ間での打ち合わせをしているものの、開催時間が近づくとつれて、緊張感も高まりました。

参加された方は年齢層も幅広く、初めてこのような場所に來られたという方もいました。慣れない

「親の自殺を語る会」は奇数月の第3日曜日。ゆっくりとした静かな時間が流れる空間。

事情も、確かにありそうです。程よい距離にある遺族ケアの場。安全をより可能にすることもあるでしょう。

また、「れんげの会」のつどいは偶数月の第3土曜日ですが、仙台では奇数月がつどいの開催月になりそうです。このことも参加者にとつては都合良いでしょう。

ある方は「今でも時々後を追ってしまいたい(死んでしまいたい)気持ちになる。でも、れんげの会に参加してから、次のつどいまでがんばってみようと思えるようになった」と語っていました。

ほうぜんの中から、ほんの少し前を向くための希望のポイントとしてつどいの場が存在しているとすれば、1回、2回、3回と参加することが数か月の時を紡ぐことを可能にしています。継続こそ力なり、そして連携こそさらなる力を生み出すものであります。ぜひ、次は山形にも……と願ってやみません。(金子 久美子)

また参加を迷っておられる方々に少しでも集いの雰囲気を感じ取っていただきたく、皆さんの了承を得て、「リメンバー便り」をHPに掲載しています。

社会の中でお互いの接点が見いだせない環境にある自死遺族同士のつながりの場、分かち合いの場になること、そして社会の壁、家庭内の壁により、この集いに参加することができない人達が、いつの日かリメンバーの扉を開けてくださるその日のために、私たちは細く長くこの集いを続けて行くことを誓っています。

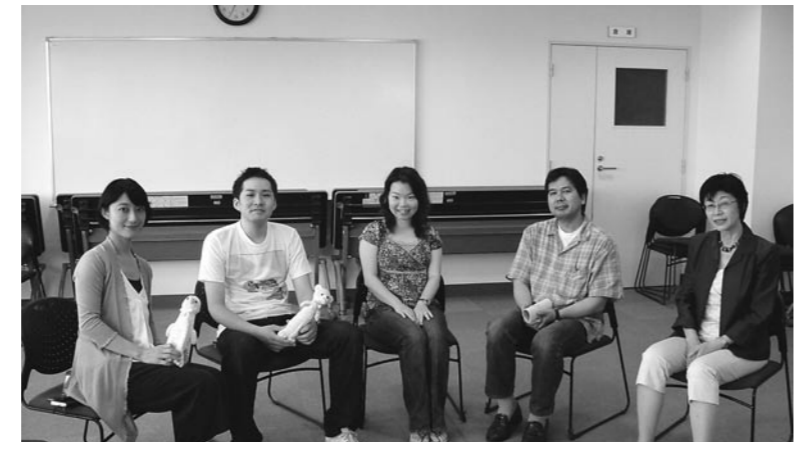
「悲しみや後悔ではなく、今は怒りが強いと話された方もいました。正直な気持ちを聞かせてもらったと思います。

「最近『情』が足りないのではないかと。友達や恋人、家族等との付き合いに、『愛情』『友情』という『情』が大事なんだと語ってくれた方もいました。

参加された80代の女性は、今までの壮絶な生き方について語られました。これからは高齢期の生死については考えないかとも思います。

迷って迷って 参加

遺族の会・つどい



準備も整い参加者を待つ「あんだんて」のスタッフ。手に持っているのがトーキングスティック。分かち合いの会はこれを回しながら進めるが、持っている人だけが発言できるルール。もちろんパスもできる

悲しみより怒り正直に

埼玉
あんだんて

つた彼女は、いつか、必ずこの場所に戻って、語ろうと思っていたとのこと。

同じ体験をしなかった人達の中で、聞いてもらう経験を重ね、彼女は、同じ体験をした人達の中に戻ってきた。同じ体験から、正しい感じ方を探していた彼女は、違

「あんだんて」では2回目の分かち合いの会を7月15日(土)

う場所での自分の感じることを見つめてきた。そう、どう感じてほしい。感情に正しさなんてないのだから。

彼女は、時々ほほえみながら、ゆっくりと話す。スタッフは、こみ上げるものを抑えるのに必死だった。もちろん、彼女に「良かった

(井上 久美子)

(佐藤 まどか)

(8面へ続く)

(7面から続く)

少人数であったので、お話をいただく時間も十分にあり、開始前の緊張とは違う、穏やかな時間になったことと思います。

いよいよ第一歩を踏み出した「あんだんて」です。実際に開催してみても、事の難しさを実感するとともに、長く続けることが大事

「あんだんて」ファシリテーターの勉強

京都
「こころのカフェ
きょうと」

京都の「こころのカフェ きょうと」の2回目は、5月の連休明けの土曜日に行いました。参加者は17人、スタッフも17人。実をいいますと、今回はかなり問題がありました。

終わってからの参加者アンケートを見ますと、「場所がわかりにくい」「場所の問題で話しくかかった」「時間的に足りない」「話が深まらなかった」「時間厳守してほしい」などの意見がありました。また、スタッフの中からも「進行について、ファシリテーターとアシスタントとの間に考えの違いがありストレスを感じた」「遅れてくる参加者を想定できず、結果的にグループ分けがうまくいかなかった」「グループミーティングで突然の対応ができなかった」「終わってからのシェアリングが十分でなくて持ち越してしまった」な

だということを再確認しました。

まだまだ始まったばかりで、試行錯誤を繰り返しながらの私たち。足りない面は一生懸命さでフォローするという感じですが、「あんだんて」らしくやってければと思っています。次回は9月9日(土)の午後を予定しています。

(大野 絵美)

どの感想が出てきました。

というところで、研修を望む声が強くなってきましたので、さっそく、ライフリンクによる「ファシリテーター養成講座」を開いてもらいました。西田正弘副代表に来ていただき、「こころのカフェ きょうと」「立命館大学サークル、自主ゼミ」の共催により、19人が参加して6時間の講座をたっぷり有意義に持つことができました。

急に決まったためにスタッフの参加はほぼ3分の2ほどでしたが、「他人を受け入れるためには、まず自分を開示しなければ」「演習グループが変わるたびに、新たな自分を発見した」「気持ちの変化を自分でおさえていく」「感じたことに焦点を当てながら、そのつど言葉で表現していく」などについて、身体を使いながら学びました。参加者からは「最初長いと感じた6時間が、あつという間に過ぎた」「ぜひ、この次も」という声が続出しました。

(石倉 紘子)

遺族でない人は、遺族と 気持ちを分かち合えないのか

7月16日に開いたライフリンク(会員の懇談会)で、出席者の一人から、「自死遺族の会で『遺族でない人には、遺族の気持ちを分かち合えない』と言われた」という話題が出され、意見が交わされました。今後の自殺総合対策にとっても大きな命題なので、ML上で発言された方も含めて紙上で再録します。(発言順)

- そうおっしゃりたい気持ちを「どう受けとめるか」が肝心。
- グループの主役は誰なのか? 遺族会のような集まりを続けていくと、主役は「遺族」だけでなく、つくっているメンバーもだとわかる。「どういう合意の上でやっているか」きちんと説明をするのが大切。何より、そういう発言、違和感をオープンに話せるということは、その集まりが健全だという証拠。
- 遺族の側からすれば、「してみなきゃわかんないだろ」という怒りや悲しみは沈殿している。でも、それでも、それを「言える」ことが良い。
- あしながの活動をしていても、一緒にやっている遺児でないボランティアスタッフに同じことを言われてきた。そのたびに、言うのは「遺児だから遺児の気持ちがわかるとも限らない」ということ。遺児だって、後輩遺児のこと、同期の遺児の気持ちをわからない子はいる。

結局は、遺族である前に一人の人間。 一対一(多)の「人間」のやりとり。「相手を想って、自分のできること、相手の望むことを精一杯やっていることを認めてあげれば良いと思うんだ」と伝えるようにしています。

「遺族会」という現場でも近いものがあると考えてます。それと、私が遺族でない立場で同じことを言われたら、どうしてスタッフとして参加しているのかを伝えた上で、「じゃあ、今あなたのために私ができること、してほしいことは何

でしょうか」と聞きます。

そもそも、人間同士、「わかりあえない」から出発して、どこまで「相手を尊重

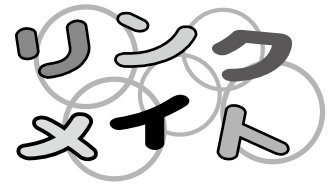


地方からの参加も多かったライフリンクして考動するかやと想います。共感よりも似た境遇の人や、自分のことを想って一生懸命になってくれる人が、そこにいる、傍にいることに、私は価値があると考えています。

- (メール参加)ライフリンクには参加していないので、断片だけ取って言うのは取り違える可能性があるのですが、「遺族でない者には……」の言葉だけとれば、当たり前のことだと思っています。

例えば、私は自死遺族だけども、がん遺族の人・交通事故の遺族の人などに同じ事を言われたら、「ハイ、そのとおりです」と、腹が立つ事も多分傷つくこともないでしょう。それでも自分が活動していくかということ自分を問うていくだけかなと思います。実際、自分も自死遺族だからって理解できるとか何かしてあげたいかと思うこと自体が奢りだと思ふからです。

以前、自分一人で遺族会を始めたときに苦しくなって休止しました。その時に、皆さん御存知の佐藤初女さんに相談したところ、一言だけ「何かをしてあげられると思っている時は苦しいものですよ」といただき、ハッと気がつきました。今は毎回、毎回、自分が苦しくなっていないか、自分のエゴではないかとリセットしながらです。



分かちあいの会 あんだんて
代表 大野 絵美さん

<http://www.lifelink.or.jp/pal/andante>

あんだんて代表の大野さん(右)と
職場の同僚で会員の吉田智子さん



若い集団、ぼちぼちと息長く

「あんだんて」は、
ライフリンク会員の
大橋聡子さん、斉藤
勇輝さん、元会員の方、そし
て私に引きずりこまれた勤め先
の同僚という5人のスタッフで
構成しています。平均年齢はな
んと20歳代後半。他の会に比べ
て、立ち上げからの年月も短け
れば、年齢も若いというところ
でしょうか。
自治体の保健師をしています
が、埼玉県内に遺族の会がな

つたことから「それなら、とりあ
えず自分たちで始めてみよう」と
いうことで、難しいことは考えず、
若さがゆえの勢いで会の発足に至
りました。代表ということになっ
ていますが、私はただの言い出し
っぺです。始めてみなければ、何
も変わらないので、立ち上げてみ
たというのが素直なところでは
す。たまたま、会場の平成18年度登

録団体募集の情報を知り、理解あ
る人に恵まれたおかげで、まった
く実績もないのに登録されること
ができました。これも偶然なので
でしょうか。そのまま勢いにのった
という感じはあります。
その後、数回集まっていた打ち合
わせでイメージを膨らませつつ、
今年5月に初めての分かちあいの
会を開きました。事前に斉藤さん
を中心にPR活動を展開し、いく
つかの新聞に取り上げてもらうこ
とができました。
しかし、ほとんど反応のないま
ま当日を迎えました。ライフリン
ク副代表の西田正弘さんや埼玉県
精神保健福祉センターの職員も駆
けつけてくれ、準備万端だったの
ですが、訪れてくれる人はいませ
んでした。
会場で待機しながらメールを手
エックし続け、携帯電話が鳴るた
びに、みんなでドキドキしたり、

問い合わせだと分かるとなぜかホ
ッとしたり、そんな時間をいつし
か共有していました。
4時間の待機時間が過ぎ、やむ
なく今回は終わりとなったとき、
なんとなく残念な気持ちと、安心
した気持ちが入り交じる複雑な
感情に襲われました。まあ、緊張
感から解放されたというのは実感
としてありました。「次はおいし

いビールが飲みたいね」なんて言
いながら、スタッフの打ち合わせ
に入りました。
その後、数人から問い合わせや
申し込みがあり、「勇気を出して
メールしました」「一人でどうし
ていいのかわからないです」な
どという言葉を受けていました
が、7月の2回目には4名の方
の参加があり、少人数のため落ち
着いた雰囲気です。じっくりお話が
できたかと考えています。(7面
参照)「分かちあいの会」は2か
月に1回、越谷市内で行います。
まだまだ会の存在が知られてい
ない面も多いかと思えます。また、
知ったとしても、すぐに参加でき
ない気持ちや状況にある方もい
るでしょう。その方たちが、いつ
か「行ってみよう」と思い立った
時に対応できるように、会を長く存
続しつつ、質の向上を目指し、一
人ひとりの勇気をきちんと受け止
められるようにしたいものです。
その辺を踏まえて、先ごろ、埼
玉県の担当者と話をしてきまし
た。自殺対策基本法により遺族
への支援が法的根拠をもったこと
は、私たちにとても活動しやす
くなると思います。
私事で恐縮ですが、未遂により
介護が必要となった母の病状によ
り、弱音を吐いてしまった時にも
『あんだんて』はぼちぼちペース
でいいんだよ』と言ってくれた仲
間に感謝しています。(大野)

有志の地方議員を 紹介してください

◇ライフリンクのメンバーである
と同時にライフリンクが進めるプ
ロジェクトの1つである「地域の
自殺対策を推進していく地方議員
有志の会」の代表もしています。
みなさまの日々の関わりの中で
自殺対策に取り組んでいる地方議
員がいましたらご紹介していただ
けませんか? 地方議員は都道府
県・市町村の政治家。「実際に地
方議会で自殺対策に取り組む」と
いう行動力と意欲のある方によっ
てメンバー構成されています。
みなさまのまわりにそんな議員
さんがいたらぜひご紹介お願いし
ます。よろしくお願ひします。
(横須賀市議会議員 藤野英明)
◇横須賀市は「自殺対策連絡協議
会(仮)」を正式に設置すること
になりました。この6月議会で僕
が提案してそれがまさに実現しま
した。現場の保健師さんたちの理
解と市幹部のおかげです。(藤野)
◇宮崎県でも精神科医や行政、教
育界、企業など18の団体の代表か
らなる自殺予防対策協議会が発足
しました。その委員に、私もヘ
ルプラインの代表も選出されまし
た。私どもが2000人を対象に、
「自殺予防アンケート」を今やっ
ているところですが、その結果を
協議会も注目しているようです。
(ヘルプラインのち 副代表
水谷もりひと)
(いずれもライフリンクMLより)

ライフリンクでは、自殺対策の法制化に向けて、賛同団体と一緒に
 なる「全国一斉署名活動」を5月13日に展開した。秋田駅前、
 東京・新宿駅西口、神奈川・横須賀中央駅前広場、京都・四条河原
 町、福岡・天神、佐賀駅南口……。各地の「その日」を報告する。

◆修学旅行の中高生が

「3万人署名なんて、ほんとうに達成できるのかな。そんな不安を抱きつつ、京都の街頭署名はこの地で最もぎやかな河原町で始まりました。」

結果メンバーを見て、心配は吹っ飛びました。福井県・東尋坊から「PCo心」響く文集・編集局」の茂幸雄さんと川越みさ子さんがはせ参じてくれ、それに立命館大学のサークル、自主ゼミの面々、さらに地元の「いのちの電話」の方など、なんと19人に膨らみ、がぜん勢いづいたのです。

河原町では高島屋近辺が工事中でやりにくかったですが、そこは茂さんと川越さん。工事中の柱の影に、通りがかりの人を呼び込んで、持ち前の粘り強さと説得力で、いねいに署名の趣旨を訴えてくれました。

阪急百貨店前では、立命館の学生さんが良く通る声で呼びかけ、みんなの耳を奪いました。

そうそう、ほろ酔い加減のおじさんから「自殺はいけん。1万円あったら死ななすむんか」と、

10万人の声 が街から湧いた

自殺対策法署名運動の現場から



5月13日の全国一斉署名活動は雨の中。東京・新宿西口で

おれを出されそうになったときはちよつとぐつと来ました。

それに、修学旅行に来ている中学生、高校生が一生懸命に署名してくれたのが印象的でした。観光都市「京都」ならではの光景。

この署名活動は、地元の新聞やテレビで報道され、それが5月24日からの「5日間連続街頭署名」

で新たな出会いをもたらしてくれました。テレビで知った「あしなが育英会」の関西地区の皆さんがやってきてくれたのです。

意気投合し、私が自分でビデオ録りした「自殺っていえなかった」の上映会を秋には開催しようという計画ができました。署名活動は次の運動への歯車にもなったのです。(石倉 紘子)

◆雨空の下耳傾けて

前日から降り続く大粒の雨。でも、街頭署名を始めるころにはほど

うやら上がり、福岡・天神を歩き交う人の群れにも快活さが戻ってきました。

「年間自殺者3万人、この数字は社会的な対策を講じることで防ぐことができます」私たちが訴えるこの言葉に、多くの人が足を止め、耳を傾けてくれました。

署名のあと手を差し伸べ握手を求められる方、「頑張ってくださいいね」と声を掛けてくださる方、学校帰りのカバンを提げたまま、チラシを配ってくれた女子高校生たち……その一人ひとりの心の中に、きつと「他人事ではない」という思いがあったのでしょうか。

ちよつと離れた場所から、私を手招きした男性がいました。ちよつと目が合ったのです。彼はおもむろに「どうして自殺をしたのかなのかわかるかね」と語りかけてきました。

思いがけない問いかけに口ごもってしまった私に、その男性は「寂しいからだよ、孤独だから、人は死にたくなるのだよ」と言いながら、署名のペンを握られました。

「私たちはライフリンクでつながっている」「全国に同じ志をもった仲間たちがいる」。そのことに安堵(あんど)を覚え、さらなる活動のエネルギーへとつながることができそうです。法律によって、官民を問わずみんながつながり、孤独や孤立から抜け出すことができる。そんな世の中がやって来ることを祈りながら、「3万人署名」を訴えました。(井上 久美子)

◆温もりの商店街で

「うーん、ちよつと芳しくないな」。5月13日の「全国一斉街頭署名」では新宿駅西口でやりましたが、雨にもたたられ、これでは3万人署名は難しいというところを追いつめられてしまいました。「集まらないなら、集めるしかない」「待っているより、行動するしかない」「私たちが動かなければ始まらない」

で、27日、賛同団体である「自殺対策防止センター」「生と死を考える会」と一緒に、まず午前中、ライフリンクの事務所に近い神楽坂商店街で街頭署名の再挑戦に乗り出しました。「できることは、すべてやろう」「私たちがこの国の自殺対策をつくりあげるんだ」という思い詰めた心情でした。

午後は荒川区の熊野商店街に移動しました。まだ、道路上を都電荒川線が走る下町情緒の香る商店街です。ここでは、なんと商店街の理事長さんが協力を買っててくれました。お店に飛び込んで、理事長さんのお名前を出して趣旨を話すと、みなさん、二つ返事で署名してくれました。とても、ありがたかったです。

この日に限れば結果は91人でした。確かに3万人の署名の中では非常に小さな数かもしれませんが、参加メンバーにとっては、なんとも温もりを感じさせられた充実の一日でした。(斎藤 勇輝)

(10面から続く)

◆これぞご近所の底力

「なあに、1000人がひとり300人ずつ集めれば3万人」と簡単に言ったものの、よくよく吟味すれば3万とはすごい数字だなど圧倒されて始まった署名活動。これだけの人が毎年亡くなっているのかと、その重さにもつづされる思いでした。

わずか1か月半で集められるだろうかと、気は焦れどもなかなか動けず、一斉街頭署名も終わった

署名に寄せて1000通超すお手紙

署名活動の期間中、ライフリンク事務所には1000通を超す手紙が寄せられました。そのなかから「ご本人の承諾をいただいた4通を紹介いたします。」

◇ 前略 「3万人署名」に心より賛同します。

私の娘は平成14年5月に自殺しました。私自身も10年程前から「うつ病」で、自殺企図も3回あります。手のひらいっぱい薬をのせ、片手で「いのちの電話」にダイヤルして、何度かけても話し中のツーツーという音に絶望した日の事を今でも忘れられません。そして娘を救う事のできなかつた事で、今でも自責の念でいっぱいです。

年間3万人以上ともいわれる自殺者、その一人一人にそれぞれの

ころからやっとな所に署名用紙を配り始めました。知っている団体にも手紙を送りました。

5月も半ば過ぎだったでしょうが、10年間活動してきた生活クラブ生協の仲間のところへ「実は個人的なことなんだけど署名をお願いに来たの」と出かけていきました。すると、「知ってるわよ、これでしょ。うちの近所の分だけだ」と、すでに署名した用紙を数枚渡されました。表現しようのない感情に見舞われ、私は絶句してしまいました。

理由があり、悲しみ、苦しみがありません。また、その数倍もの遺族のつらさがあります。

◇ 私たち家族は心を込めて名前を書きました。知人にもたのんで署名を集めているところです。たくさん署名が集まる事を祈っています。ライフリンクの皆様よろしくお願いします。(千葉県、女性)

◇ 貴重な支援の輪が大きくひろがりますようお願いしております。夫婦のみの署名ですがよろしくお願いいたします。これから心掛けて参ります。(東京都、女性)

◇ 私は、大切な姉を自殺という形で死なせてしまいました。ああすればとか、こうしておけばなどの思いでいっぱいでした。そんな時、ライフリンクのサイ

それからでした、毎日のように家のポストに署名がつづられた紙が、1枚、2枚と入っているのが、夕方、インターホンが鳴って出てみると、「〇〇さんから頼まれて書いて持ってきたよ」「テレビで見たよ、20枚ほどもらいに行くから」とか、なんと自分が動かずとも署名が続々と集まってきたのです。

最終的に927人が私の手元にありました。「ありがとうございます」。ほかに言葉が見つかりません。(南部 節子)

◇ トを見つめ、自分と同じ悩みで苦しむ人が同じ考えでいることを知り、自分も少しは楽になりました。もし、助けを求める人がいて、助けたいと思う人がいるのなら協力せよ、私には無理です。

◇ 私一人でも、私と同じ苦しみを持つ人がいなくなりますように。がんばって下さい。(山形県、男性)

◇ 私は、死の縁から帰りました。今、新しい命を生きています。だから、もつとたくさんの人に、この新しい命を得てほしい、そう祈っています。(神奈川県、女性)

事務局泣き笑い

今、振り返ってみると、たくさん署名が集まったものだなあ、それぞれの思いを持った人がやっぱりこんななんだなあ、ある意味感慨深いのですが、そのころはもうハラハラものでした。

「3万人署名」が始まったのは4月17日。1か月半という短期間に集めるという例によってライフリンクらしい突然のプロジェクト。会のメーリングリストに、清水康之代表が「3万人署名」の構想を初めて持ち出したとき、誰もがびっくり。しかし、これもライフリンクらしい反応がありました。「できる、できないじゃなくて、『やろう』という発想が素晴らしい」と。

で、さっそく作戦会議。①広く署名活動を知ってもらうためマスコミに報道してもらう②組織票を見込める団体に働きかける③の二点を柱に展開することにしました。

報道されると、その直後から事務所には問い合わせの電話がひっきりなしにきました。「署名したいので、どうすればいいか教えてください」「どこへ行けば署名できるのですか」「私にも協力させて下さい」……。

しかし団体は、「こういうことは理事会に諮らないと組織としては動けません。1か月早く言ってくれば協力できたのに」。どこ

最後の1週間でドーンと

も賛意を表しながらも、なかなか積極的には動いてくれませんでした。やがて5月に入ると署名した封書が連日届くようになり、1000人の署名をクリップで留め、それを10個重ねてひもで縛り、千人分の束を作っていました。

とはいえ、3万人というと、これが30束なければなりません。締め切りまで2週間というころ、票読みの手配をみなさんにしました。どう見積もっても2万人にやっとなかなか届かないかという状況に追い込まれていました。

ならばと、5月13日の全国一斉街頭署名活動に続いて、「もう一度、街頭署名を」と呼びかけました。それでもまだ、「3万人」は見えてきませんでした。

ところが、確か5月30日だったと思います、「3万人」がやっと実感できたのです。まさに「ドサツ」と表現できる署名が、この日から立て続けに届いたのです。千人の束が30、31、32とどんどん増え、最終的には101束を数えるに至ったのです。1週間後の6月7日、扇千景参院議長に提出しました。

この間、千通ものお手紙もいただきました。拝読しながら胸が熱くなりました。

署名活動の事務方の責任者として非力でしたが、おかげさまでたくさんの人とつながることができました。自分自身も成長できたと思います。どうもありがとうございました。(藤澤克己)



元IT業界のエンジニアで、約20年間サラリーマンとして働いてきました。

初めてライフリンクのことを知ったのが、ちょうど去年の今頃。自身の身の振り方を考えながら自殺予防対策について知りたいと思い、ネットを検索して見つけました。世界自殺予防デー(9月10日)に緊急フォーラムを開催するという盛り返り上がっていた頃です。

藤澤 克己さん



さすがITエンジニア。パソコン2台駆使など朝飯前

ライフリンクに入ってから最初に手がけたのはサーバーの移設。それに引き続いて今年の春先にはホームページを刷新するプロジェクトを手がけました。エンジニアではあったものの、かなり苦戦?を強いられました。

ともに実態と必要性の説明をしたところ、きちんと理解をしていた。だき、「まだ(国会の会期は)ありませんから大丈夫ですよ」とメールを送ってもらえたのです。あの10万人超の署名の束が文字通り後押しとなり、議長のことを動かした瞬間だったと思います。

ITお坊さんは 引き出したくさん

果的に推進されるよう、全国の地方議員同士が繋がりが合っているからこのプロジェクトにはこれからは事務局として関わっていく予定です。

ライフリンクと並行して、自殺対策者に対する電話相談のボランティア活動にも関わっています。電話相談員としての研修で学んだことは、感情に寄り添うことの難しさ。相手の気持ちに傾き、自身も自然に気持ちを動かさないと電話のやりとりが空々しくなってしまうことを学びました。

三谷宏子談 私にとって藤澤さんは、ズバリ、「PCの師匠」です。事務所でのPC作業で、色んなショートカットキーを伝授してくれます。しかも、それは達人並み!なので事務所に来るたびに私のPCスキルがアップするのです。そして普段は、穏やかなゴルフが趣味の僧侶なのです。様々な引き出しを持ったミステリアスな人物なのです!

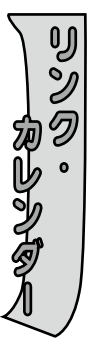
署名活動と並行して「自殺対策を推進する地方議員有志の会」の発足にも関わりました。法制化後の実際の対策が、タイムリーにかつ効果的に推進されるよう、全国の地方議員同士が繋がりが合っているからこのプロジェクトにはこれからは事務局として関わっていく予定です。

いう思いが強かったので踏み切りました。私自身は、近い将来に実家のお寺を継ぎ僧侶として活動する予定です。また僧侶として本格的に活動していかないのに生意気なことを言うようですが、現代の伝統教団における僧侶の活動範囲が限定的だと思つたので、もっと広く社会に貢献したいと思つていたので。

ライフリンクと並行して、自殺対策者に対する電話相談のボランティア活動にも関わっています。電話相談員としての研修で学んだことは、感情に寄り添うことの難しさ。相手の気持ちに傾き、自身も自然に気持ちを動かさないと電話のやりとりが空々しくなってしまうことを学びました。実はこの4月でサラリーマンを卒業してしまいました。半分勢いもあつたのですが、このまま忙しいサラリーマン生活を送るよりも、1日でも早く自分が本当にやりたいことに取り組み始めたいと

が僧侶の責務だとすると、自殺を取り巻く問題は特に何かしななければならぬことだと思つていました。そして、世の中でこの問題をきちんと取り扱っていないじゃないか、だったら自分が率先して向き合っていこうじゃないか、そう思つて冒頭に書いたようにネットにいろいろ調べていたのです。すると、すでに同じ想いで取り組んでいる団体があるじゃないか(先にやられた!)ということがわかり、ライフリンクに合流することになったのです。

あと、基本的に身体を動かすことが好きです。高校時代までは野球少年、今は転向して競技ゴルフに真剣に取り組んでいます。東京都調布市という緑豊かな街のマンションに住んでいて、よせばいいのに?マンション管理組合の理事長に立候補したり、親睦ゴルフ大会を企画したり、プライベートでも仕事みたいなことをしています。ライフリンクを通じて、これからは成長していきたいと思つています。みなさん、今後ともよろしくお願ひします。



くお願ひします。

長野 いのちの電話公開講座

◇日程(全4回)

▼第1回 9月2日(土)△テーマ:「自殺つて言えなかった」(対談)

▽講師:自死遺族 久保井康典(ライフリンク会員)、長野県精神保健福祉センター所長 小泉章典氏

▼第2回 9月16日(土)△テーマ:「いのちの電話と自殺予防」

▽講師:日本いのちの電話連盟常務理事 斉藤友紀雄氏

▼第3回 9月30日(土)△テーマ:「やさしい人間関係の作り方」

▽講師:長野県臨床心理士会会長 筒井健雄氏

▼第4回 10月21日(土)△テーマ:「自死遺族支援のため私たち何ができる」

▽講師:自殺対策支援センター ライフリンク代表 清水康之氏

◇時間 14:00~16:00(各日共)

◇会場 9/2のみ長野県社会福祉総合センター。他は長野市ボランティアセンター

◇受講料 3000円。個別受講1講座1000円

◇申込み 電話またはFAXで氏名、住所、連絡先電話番号を連絡

TEL026-225-1000

FAX026-225-6139

◇問合せ 社会福祉法人 長野いのちの電話 電話、FAX上記

〒380-8691 長野中央郵便局私書箱第25号