



人権久喜

編集・発行：久喜市人権擁護相談所 発行日：平成 24 年 12 月 1 日 No.41

平成二十四年度啓発活動重点目標

「みんなで築こう 人権の世紀」

～考えよう 相手の気持ち 育てよう 思いやりの心～

自殺者の数は、平成十年以降年間三万人を超える極めて憂慮すべき状況が続いており、国をはじめ各自治体では自殺対策を講じております。

そこで、日ごろ自殺対策に尽力されている方々にお話を伺い、かけがえのない命を守るにはどうしたらよいかを考えてみました。

橋本委員（司会） 本日の座談会の司会を務める橋本と申します。

よろしく願っています。最初に久喜市人権相談所の石田所長からご挨拶をお願いいたします。

石田委員 基本的人権というのは、人の命を守る、支えるという面があると思いますが、本日は命の大切さの観点から「自殺を防止する」ことをテーマとして話し合っていました。よろしくお願いします。

司会 続いて、さいたま地方法務局久喜支局の瀬藤支局長をお願いいたします。

瀬藤支局長 私どもは、人権擁護というものを所掌しておりますが、その中で、自殺の予防を含めて命の大切さにつきましては、昭和五十七年から小学生を対象とした「人権の花運動」を行っており

ます。

花の苗や球根を育てることによって子どもたちに命の大切さや思いやりの心を身に付けていただきたくこの運動を進めております。



瀬藤支局長

また、平成十八年から全国の小学生や中学生にSOSミニレターを配布して、子どもたちの悩みに人権擁護委員が答えるという事業を展開しております。届いた手紙には、他愛のない悩みから死にたいと訴える深刻な悩みまであります。

SOSミニレターが届いてきた

ときには、危険なサインを見逃すことなく直ぐに対応して子どもたちの大切な命を守る活動をしております。

司会 警察庁の統計によりまずと日本の自殺者の数は、平成十年に急増して初めて三万人を超えて以来、高水準で推移し、憂慮すべき状態が続いております。国では、平成十八年に自殺対策基本法を定め、いろいろな対策を講じてきております。

それではまず、自殺対策の窓口である久喜市健康医療課の真坂さんから久喜市の現況についてご説明をお願いいたします。

男性の自殺者は女性の二倍から三倍

真坂さん 平成二十二年の人口動態統計における久喜市の死因別死亡割合は、自殺が第六位で四十人、全体の三・一％という結果が出ております。自殺者数の経年変化は、平成二十年は三十八人、二十一年は三十六人、二十二年は四十人で若干増加傾向です。ここ二、三年の男女比は、女性一に対し男性は二から三の割合です。

石田委員 男性の自殺者数が女性の二倍から三倍というのはどうし

◆出席者及び久喜市人権擁護相談所委員紹介◆ (敬称略・順不同)

さいたま地方法務局久喜支局長 瀬藤 保夫

埼玉北障害者生活支援センター 小金淵美保子

久喜市社会福祉協議会 丸山 広子

久喜市役所健康医療課 真坂八重子

久喜市役所社会福祉課 戸ヶ崎利夫

久喜市人権擁護相談所委員(十六名)

久喜地区

石田 晴久 榎本 恭子

瀬田 房子 岡野 晴子

大豆生田章 橋本 久雄

高浦地区

原 莊子 齋藤 誠一

石井 敏夫

栗橋地区

奈良 元昭 佐藤 富江

神田 孝子

鷲宮地区

岡田 宏史 末須 成子

関根 久夫 中村喜美子

(この座談会は、平成24年8月10日に開催されたものです。)

てでしょうか。



真坂さん

真坂さん 自殺に至る原因は健康

問題が一番多く、次いで経済・生活問題、家庭問題、勤務問題等と言われておりますが、最終的には孤立し自殺という方法を選んでしまうと聞いております。どちらかというと男性の方が孤立しやすく、なかなか弱音を吐けないとか他人に弱みを見せられないというのがあるのではないのでしょうか。

丸山さん 久喜市社会福祉協議会

(以後、社協)の丸山でございます。介護に携わっております、やはり男性というのは、介護が必要な方とかもう少しで介護になる方で、外に出ることをお勧めしてもなかなか外に出ない方が多くみられます。例えば、定年を迎えられる男性では社会と共通認識がないとか地元で何か活動を始める方が少ないように思います。



丸山さん

その点女性の方が活動的で活発

ですね。介護で言いますと、奥様や家族の介護をされている男性の方はすごくまじめに介護をする方が多く、自分で抱え込んでしまつて、介護サービスを使わないで自分で何とか奥様を守つていこうとする方が多いようです。その結果自分の中に閉じこもってしまうということになりかねません。

司会 援助や支援をして自殺に至らなかったという例があるのでしょうか。

小金淵さん 埼玉北障害者生活支援センターベルベルの小金淵です。

久しぶりの利用をされた方があまりおしゃべりをされないでいつもと少し違う様子でおられました。こちらからもいつもとはちよつと違うと感じながらもすぐにはお声を掛けられないでおりましたが、そのまま帰られそうになったので、帰り際に最近いかがですかとお尋ねしました。その方は近況と気持ち少し話されていかれました。それだけの出来事でしたが、後で、あの時は声を掛けてもらつてよかった、そのまま帰つていたらど



小金淵さん

うなつていたか、とお話しされたことがありました。**司会** 自殺の動機として生活苦というのもあるかと思いますが、社会福祉課で生活保護を担当されている戸ヶ崎さんお願いいたします。

戸ヶ崎さん 生活保護は、憲法で保障されている生存権を守るため、経済的な支援をする制度でございます。久喜市の生活保護世帯は一、〇〇〇世帯で、保護がなければ生活の維持が出来ない対象者にとりましては、保護の制度の適用によって最悪の事態が回避できるといふこともあるのかなと思つております。



戸ヶ崎さん

久喜市の保護動向としましては、平成二十四年七月一日現在、世帯数一、〇〇〇世帯、人数一、四六五人、保護率〇、九四%、およそ一〇六人に一人の割合で保護を受けていらつしやいます。ここ数年の動向は、年間でおよそ一〇〇世帯前後増え続けております。保護の申請理由として、お体の具合が悪いとか会社の都合で仕事を辞められたなど、離職をきっかけに生活が立ち行かなくなった

という方が、三〜四割程度おられます。景気の低迷が長引いていることが一つの大きな理由と考えております。

ゲートキーパーを増やそう

真坂さん 平成二十四年度の自殺予防の取組みについてお話しさせていただきます。

市では、平成二十四年三月に久喜市健康増進計画を策定し、その中で、自殺する市民の減少を指標とした「休養・こころの健康」に取組んでいくこととしております。

広報誌等における自殺予防の啓発や気軽にメンタルヘルスチェックができるようなシステムの導入、保健師等の支援者を中心としたゲートキーパー養成研修の開催などを予定しております。ゲートキーパーとは、直訳すると「門番」ですが、悩んでいる人が命を絶つ道へ向かわないように、その人の変化に気付き、悩みを聞いて、正しい判断ができるよう道案内をして頂く方のことで、そういう方を増やそうという取組みです。また、最終的に死を選択してしまう精神状態に陥っている時はうつ病を患っていると言われているので、うつ病の予防という視点

でのメンタルヘルスの教室や精神保健福祉士によるこころの健康相談も開催しております。

その他、昨年度三月に自殺予防キャンペーンということで、駅頭等で啓発用のティッシュやチラシ等を配布しました。市内の駅頭で「おはようございます。気を付けて行つてらっしゃい」と声を掛けただけでも、追い詰められた人はつと我に返ることもあるのかなと思っておりますので、今後も継続する予定です。

司会 ゲートキーパーは誰でもなれるのですか。

真坂さん ゲートキーパーは誰でもなれます。身近な人の変化(何か最近おかしい、いつもと違うなど)に気付いたら声を掛ける、よく話を聞く、そして専門家につなげる、そういう役割をしていただく方がゲートキーパーです。難しいことは考えずに、まずは自分のできる範囲でそういう心掛けをお願いしたいと思えます。

気を付けたらうつ病の状態

奈良委員 自殺につながりやすいうつ病はどんな状態ですか。
小金淵さん うつ病で状態が悪くなる時と今までは日常元気なときにかけていた身の回りのことができな

くなる、考える力が弱くなって自分の判断で決められたことが決められなくなるというようなことが起こります。きちんと判断できない



市民まつりでの街頭啓発

くなるので、考える力が落ちて、正しい選択肢を選べないとか、辛い症状から逃げ出したいところから、視野が狭くなってそれしか考えられなくなると、考える目先もぐっと狭くなってしまおうとところが、うつ病と自殺がつながると思います。

うつがあまり強くなると人に会いたくない、寝たきりで家から出られないなど、あらゆることにエネルギーがなくなってしまうます。自殺する力もなくなると言われます。入院の必要がある状態とは、自分では日常のことが何もしなくなり、自分で日常のことが何もしなくなるという状態か、もしくは自殺のことしか考えられなくなるという思考が狭くなってし

まう状態で、入院によって命の危険を回避するためです。

また、退院後、現実問題が全くの未整理のままであると、エネルギーが回復して自殺へ行動化する場合があります。ですから、退院前から環境の整理や協力者のいることや必要な情報提供、経済的なことであれば生活保護その他の情報提供が必要で

真坂さん 自殺は最終的に追い詰められた死であり、経済的なことや人間関係、病気など様々な要因が複雑に絡み合っていると言われます。「うつ病」「イコール」「自殺」という単純なものではなく、様々な悩みが連鎖した結果、うつ病になり、自殺へと追い込まれます。

「うつ病」は、自殺に至る最終段階である可能性が高いというふう聞いています。

佐藤委員 私たちは、だれでも様々な要因が重なった時はうつになりうるということでしょうか。いつでもうつになりうる可能性があるから、誰にも言えないということではなく、もっとオープンな形で注意喚起を促せるような取り組みが必要だと思いました。うつ病を疑うチェックリストは、健康な時にやってみると、自分で気付くことができます。とても良い取組みだと思えます。

榎本委員 専門機関の敷居を低くすることも大事な事と思われま

が、明らかにうつであるとか精神科の医療にかかる必要があると感じられる事例の場合、大変気を使うところですね。自分の例を挙げながら、今の気分の悪さや生きづらさを解消するには、お薬も有効であると話しすることもあります。

末須委員 確かに大分落ち込んで相談にいらっしゃる方がおりますが、どんな底なのか回復期にあるのか分からない。あまり元氣付けて頑張れ頑張れというのを避けなければならぬし、お話を伺うのは本当に難しいですね。

関根委員 まだ相談に来られる方はよいのですが、SOSが出せない方に対して、我々はどうケアしていったらいいのか。

中村委員 ここに相談してみようかとすぐ目に留まるリーフレットなどがあるとよいですね。どこに相談すればよいのかも、本当に困っている人は知らないことが多いと思います。

岡野委員 私は民生委員もしておりますが、今プライバシーを守るものが大事になってきて、高齢者の方にもう少し踏み込んで思ってもままならないこともありま

す。行政の方と一緒に良い方向付けをしたいと思えます。

奈良委員 生活保護を受けたい時、どこでどのようにすればよいのでしょうか。また、生活に困

た時、社協ではどのようなサポートがあるのでしょうか。

生活保護を受けるには

戸ヶ崎さん ご本人が生きるか死ぬかの急迫状況であれば話は別ですが、通常はご本人あるいはご家族の方からの相談・申請によって

始まりま

す。先ず、電話で生活のことで困っているとお話があれば、ご案内させていただきますのが本庁の社会福祉課、各支所の福祉課の窓口です。

生活保護を申請する権利はすべての国民の皆様がお持ちです。そこで、ご相談の際に生活保護制度を説明して、ご本人あるいはご家族に理解いただいて、申請の意思を確認します。

申請後、保護が適用されるかどうかは、家族構成などか世帯員の収入、資産状況などの調査を踏まえた上で決定を致します。保護の申請、調査、決定と進んでいくのが手続きの基本です。

丸山さん 社協では、貸付事業をやっておりますが、緊急的に生活に困ったという方には、担保なしで一万円まではお貸しできます。ただお貸しするだけではなくて、どういったところに困っているのかなどその方の事情をお聞きしなが

ら、その使い方のご相談も致します。本当に生活に困った方とか、生活保護の前段階の方や、保護と保護のつなぎの方とか様々な方がいらつしやいます。生活保護が決まったら一万円は返していただくなど社会福祉課とネットワークを作ってみるなどで支えていくやり方をしております。

社協では相談者のお話をよく聞いて適切な支援をする相談員の力量を高めることがサポートの一つだと思っております。

くき元氣サービス

司会 くき元氣サービスについて社協から説明をお願いします。

丸山さん 市と一緒に五年計画で地域福祉活動計画と地域福祉計画を策定しました。昔の隣同士のお付き合いをイメージして、くき元氣サービスという現代版のシステムを作りました。近くの人が近くの困った人を支えてその対価をポイント制にして商品券に換えられるシステムです。三十分三百円の少額のお金を介在させて、たとえば、高いところに手が届かないので窓ふきをしてほしいとか、電球を取り換えてほしいとかちよつとした困りごとを協力会員にお願いいたします。協力会員は、男性の出番

も期待しています。

この五年計画では、さりげない地域の見守りができるように、たとえば、ちよつとあの人危ないな、何かひきこもっているようだなというようなSOSを出していただければ、専門の職員が行って様子を見るとか、保健の部門や精神科の部門につなぐなどができます。自殺も孤独死も、皆さんが傍観者にならないで声が自然に掛けられるような地域にしたいなと活動しています。

司会 自殺者の遺族に対するケアはどうでしょうか。

真坂さん 自殺というのは本当に追いつめられてやむを得なかったもので、それが連鎖的に続かないように遺族の心のケアなど行っていくのはとても大事なことだと思います。市内に自死遺族の会などはないと思いますが、ニーズに応じて対応する必要があるかもしれません。

司会 自殺防止の活動をしている民間団体と行政機関との連携はあるのでしょうか。

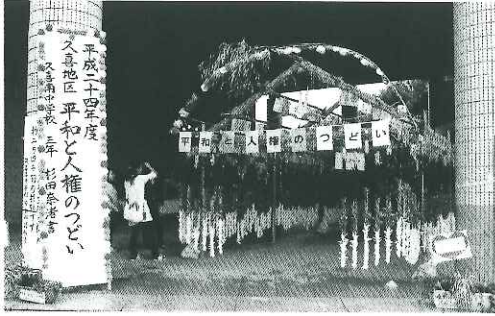
丸山さん 特にネットワークを作っているのはありませんが、社協の事業の一つに「福祉なんでも相談」という電話相談があります。遺族からまず話を聞いてほしいという相談では、NPOを紹介したという事例はありますが、特にネットワークを作っていない

るということはありません。

気づいて、つなげる

大豆生田委員 気付いて、つなげることが大切だと感じましたが、どこへ、どういう形でつなげていったらいいのでしょうか。

真坂さん まずは自分が気付いたことを自分の中で止めないで誰かに相談してみましょう。これが一つのポイントです。伝えられた人は自分で解決できない問題だと思つたら、それを信頼できる人にさらにつなげていく。遠回りになつてもそれが解決につながると思っています。



平和と人権のつどい

直接、病院や法律等の専門家につなぐのは敷居が高いかもしれませんが、身近な保健センターや

社協、地域包括支援センターなどの相談窓口で相談するのがよいのではないのでしょうか。

丸山さん せっかく住民の方がつないだのに、受ける専門機関が何だそんなことかと受け止めてくれないことが無いようにCSW(コミュニティソーシャルワーク)実践者養成研修とつなげて、市内の専門職が中心となり、地域で生活していきたいという願いを実現するためにどう取組むか、またネットワークをどう作るかという勉強を行っています。

また、相談されたときには敷居が高くないと感じられる相談員であることが大切ですので、社協では担当だけではなく、あの人に相談したいといえどその人が応じるというような形をとっています。

住民が安心してつないでこられ、こちらも受け止められる場所となり、さらにつなぐ時には、きちんとつなげていく仕組みを作っていければ良いのではないかと思います。

遺族の声に学ぶ

司会 瀬藤支局長にまとめをお願いいたします。

瀬藤支局長 年間の自殺者数が三万人を超えることに大変驚くところですが、今回、いろんな形の

病気特に精神的な悩みをお持ちの方が自殺しやすいと伺いました。そのような中で、実際にどのような形で自殺を防いでいくのかという方策は様々な機関でいろいろ検討されているとは思いますが、非常に難しい問題だろうと、そしてなおかつ、その後の自殺された方のご家族やお子さんのケアというのも非常に重大な課題になっていくだろうと思います。

ある新聞の投稿欄に「自殺、残された子どものために」という題で女子大生が投稿しているものを読み上げさせていただきます。

「私の父は、私が十一歳の時に自殺しました。その半年前には叔父も自殺しています。死ぬ一年ほど前からうつ傾向だった父は、叔父の自殺を防ぐことができなかった自分を責め、さらにふさぎ込むようになりました。小学生だった私は、日に日に弱っていく父に何と言葉をかければよいのか分からず、ただ毎日、何も問題がないふりをして学校に通うだけでした。

日本における自殺者は年間三万人を超えています。多くの人が生きづらさを感じる社会で、いつ誰が自殺者になるか分かりません。そして、その後ろには、複雑な思いを抱えたまま孤立する、子どもたちを始め家族の姿があります。残された子どもたちを身体的・精神的にサポートできる機関の設

置・充実などを、長期的な目で考える必要があるのではないのでしょうか。」

実際に自殺されたお父さん、叔父さんは本当に悩んだと思うのです。そういうことから自殺を防ぐことも必要です。自殺後に残された家族や子どもたちのケアというのをこれから真剣に取り組んでいく必要があると感じました。

司会 最後に石田所長にご挨拶をお願いいたします。

石田委員 今日は、自殺を防ぐというテーマに関して、直接的あるいは間接的に活動されている方々のお話を伺うことができました。今後は今日のお話を参考にして、人権擁護の仕事に生かしていきたいと思えます。ありがとうございます。

人権相談・女性相談(予約・無料)

- 久喜地区 毎月10日13時～16時
 - 菖蒲地区 毎月第3水曜日13時～15時
 - 栗橋地区 毎月第3木曜日13時30分～15時30分
 - 鷲宮地区 毎月第4月曜日10時～12時
- 問合せ 市役所人権推進課又は
各総合支所総務管理課人権推進係

※この冊子は60,000部作成し、一部当たりの単価は4円です。