

## 2006年12月10日西日本新聞朝刊紙面よ り

### どう考える自殺の連鎖対談

[>>> バックナンバー](#)

年に3万人。交通事故死の五倍にあたる人々が自ら命を絶っている。米の2倍、英の3倍という先進国最悪の自殺率を直視して自殺対策基本法が成立した矢先、福岡、岐阜、長崎、兵庫、大阪、埼玉、山形などで児童・生徒の自殺が相次いだ。自殺対策元年と位置付けながら、自殺の連鎖が記憶される年となった。この現実をどう受け止めればいいのか。自死遺族を支援する「リメンバー福岡」代表で自殺対策にも取り組む井上久美子さん(46)と、11月に官民で発足した福岡市自殺対策協議会の実務を担う同市精神保健福祉センター保健師の大坪みどりさん(46)に話し合ってもらった。(編集委員・田川大介)

**苦しみに目を向けよう 井上さん 追い詰められた揚げ  
句の選択 背景にあるものを考えて 大坪さん 個人  
の問題では済まされない**

**生きづらい社会**

—悲劇が後を絶たないのはなぜでしょう。



井上 原因は一つではないだろうし、これといった答えは持ち合わせていませんが、大人も子どもも生きづらい社会を生きている、見えないものに苦しんでいるというのは分かります。追い詰められた末の死ということです。

大坪 いっぱいいっぱいに生きているというのは感じますね。ある人が自殺したという事実を知って、ぴーんと張り詰めていた糸が切れてしまうということかもしれません。自殺未遂をした人の話では、その時どうしてそういう行動をとったのか振り返っても分からないといいます。ふっと気付いたら行動に出ていたということがあるようです。

井上 子どもの場合は「この苦しさを分かってほしい」という表現として死を選んでいる感じもします。敵を討つというか…。死ななきゃ社会に取り上げられない現実は厳しいですね。



大坪 自殺そのものよりも、その背景にあるものを考えなくちゃいけないと思います。

井上 例えば、いじめが原因で学校に行けない子どもはたくさんいます。不登校から引きこもり、うつになり、その後に死を選んだ場合、いじめは直接の原因とはなりません。「学校に来なくてもいい」ということでいじめ問題は解決しても、その子、家庭は被害者であり続ける。それを放置していいのか。水面下で苦しんでいる人がいっぱいいることに目を向けなければと思います。

大坪 子どもの自殺に焦点があたっていますが、全体でみると働き盛りの男性が圧倒的に多いのです。

## 何ができるのか

—「避けられる死」という考え方から自殺対策基本法ができました。福岡市の協議会も、それを受けたものです。

大坪 自殺を個人としてではなく社会の問題として考えようという19団体による取り組みです。井上さんにも参加してもらっています。

井上 行政の呼びかけだし、どうせ形だけと思っていたのですが、それぞれの立場から何ができるかについて熱い議論が交わされました。ここがスタートなんだと強く実感しました。

大坪 例えば子どもの自殺では「学校の先生がしっかりしないといけない」という意見に対して「教師も疲弊している。大変なんだ」とやりとりになったり。先生を責めるだけで事は終わらないと感じました。メディアに対して、自殺の連鎖を防ぐための報道こそ必要という意見も多く出ました。医療のあり方についても、うつ病対策だけでいいのかなど話し合われました。

井上 うつは身体的な症状から現れるといえます。歯や目にきたり腰が痛んだり、便秘になったり下痢になったりです。多くの患者はまず内科にかかります。適切な治療ができるよう診療科を超えた態勢が求められます。自殺を図った人への救急医療も大切です。命をとりとめた人に対するケア、遺族のケアも欠かせません。

## 遺族が寄り添い

—自死遺族が寄り添う「リメンバー福岡」の集いは2年を迎えます。

井上 先日、NHKで自殺をテーマにした番組があり、自死遺族がカミングアウト(顔などを公表すること)して思いを語っていました。亡くなった家族に対して、どうして死

んだのかという恨みつらみではなく「本当はどう生きたかったんだろう、何を訴えたかったんだろう」などと考えるようになったとの発言もありました。福岡の遺族も、この2年で少しずつ意識が変わってきているのを感じます。

大坪 自死遺族にとって、まだまだ生きづらい社会です。リメンバーに集うことで、社会とつながるエネルギーを少しずつ補充されているのを感じます。行政としてサポートしながら私自身も変わりました。以前は自殺対策といえば「自殺予防」ばかりを考えていました。

井上 ひとくくりにはできませんが、自殺予防という言葉にアレルギーを持つ遺族は少なくありません。自分が防げなかったからという自責の念が強いのです。私もリメンバーを通して気付いたのですが、私たちの考えが及ばないところで人は傷ついている。これは大丈夫、これは危ないという尺度は、私たちが測るものではなく、置かれた立場の人が測るものなんですね。そこを踏み違えないようにしないと危険だと思います。

## 悪いことなのか

—「自殺はいけない」と訴えても、悩みのなかにある人には救いになりません。

井上 「自殺を悪と位置付けたら、死にたくなっている人が助けを求められなくなる」という精神科医の話聞いて納得しました。悪いことをしようとしているとの意識が強くなると、受診しようとか気持ちを漏らそうとかできなくなる。

大坪 自殺の問題に限ったことではありませんが、いろいろな角度から考えることが大切だと思います。行政だけではできないことです。

井上 自殺対策とは住みやすい社会をつくるということかもしれません。すべての人が生きやすい世の中であれば自殺も減るということですよ。

【写真上】自死遺族会「リメンバー福岡」代表の井上久美子さん

【写真下】福岡市精神保健福祉センター主査の大坪みどりさん

リメンバー福岡 自死遺族が寄り添い語り合うことで悲しみを分かち、支え合うことを目的に2004年9月に発足。2カ月に1度、会合を開いている。次回は1月28日午後2時15分—5時、福岡市中央区舞鶴2丁目の「あいれふ」で。参加費は1000円。問い合わせはファクス＝092(525)2308＝かメール＝rem.hukuoka@wood.dti2.ne.jp＝で。