



# ニュースレター

2024年（令和6年）9月5日 グリーフワークかがわ広報部

## ◆令和6年度自殺対策相談窓口担当者研修会に参加して◆

去る2024年8月6日、高松市仏生山交流センターふらっとで開催された「自殺対策相談窓口担当者研修会」に参加してきた。自身、仕事の都合がつけば当NPOの土曜自殺予防ホットラインの担当として従事させてもらっているが、会議や研修という名の集まりになかなか出席できない中で、開催日がたまたま休日、「いのちの電話」という超メジャーな電話相談窓口の方々が講演者だったので出席を決めた。

講演内容は、現在の電話相談窓口の運営体制、2つのケースのロールプレイとその内容について班ごとでの話し合い+発表、最後には講演者に対しての質疑応答と進んだ中で、講演や質疑応答の中で発せられた言葉がいくつか残る。「黙っている相談者に対して相手の発話のタイミングを『待つ』ことは大切」「相談者の話を真摯に受け止められないならカウンセリングはしない方が良い」「（自殺願望の人には）なるべく希望を与える言葉を選んでいる」「命の重さについて自分の思いを持っているか。人生について深みを持っているか。生きるということについて思いを持っているか」「カウンセリングは忍耐である」など、改めての気づきをくれたり、疑問を投げかけてくれたりする言葉をメモに書き留めさせていただいた。

相談窓口担当者として何度も力不足感を実感することあれば、相談者の暗い声が明るくなっていく様子を電話口で聞いては安堵することもあり、一喜一憂しながらこれまで従事させてもらってきたが、もう一度基本に戻ってみようという気持ちにさせてくれたことが一つの収穫でもあった。

また、日頃触れることがない教育現場でのカウンセリングの状況について、班を同じくした学校関係の先生方から少し話を聞くことができた。多感な年頃の子は、まだ大人のように情報や思考・感情が複雑でない分、なにかをきっかけにストレートに自傷行為や自殺に走ってしまうこともあるそうで、小中学校においては家庭環境も含めての対応を要する場合もあり電話相談のように一期一会ではないため、とてもセンシティブで対応が難しい場面もあるとのことなども、知見を得る機会となった。今後も可能ならば参加してみたいと思っている。

認定グリーフカウンセラー 岡谷幸子

## ◆令和6年度自殺対策相談窓口担当者研修会に参加して◆

8月6日、令和6年度自殺対策相談窓口担当者研修会に参加させていただきました。社会福祉法人香川いのちの電話協会の田中 暉彦さんと芳野 紀子さんから「自殺予防のために、私たちにできること」というテーマのもと、いのちの電話協会の実際の活動についてお話を伺いました。

いのちの電話協会のお二人が相談者、窓口担当者と役割を決めて行うロールプレイを観察しながら、感じたことを各グループで話す時間も設けられました。グループの中には教員、行政職員、市民活動団体など様々な立場で「いのち」に関わる人たちとディスカッションを行いました。実際の現場での困りごとや具体的にどのように対応しているか等と意見交換が活発に行われ、有意義な時間となりました。

特に感じたことは、情報が不足していること。今回のように立場の違う人たちとの情報共有が必要であると感じるとともに、グリーフの学びや支援先の情報がまだまだ浸透していないことを肌で感じました。そのために現場での対応が分からず、いざ相談されてもどうしよう…と、相談された人も悩みを抱えてしまう実態。その他にも学校の先生の場合は、現場で職務もありつつ、関わり切れない時間的な制約。その狭間で悩んでいる担当者がこれほどいるのだと、深く考えさせられました。担当者自身のセルフケアも、一つの課題として大切に考えていく必要があるのかもしれない。

誰か一人だけが支えなければならないのではない。団体や組織を超えて縦にも横にも柔軟につながり合いながら、選択肢を手渡せる社会になっていくことを願います。現場に立つ担当者の方々の率直な意見をお聞きすることは貴重な学びであり、また学び合いの場であったように感じています。大切な機会をいただきありがとうございました。

認定グリーフカウンセラー 秋山 美智子

---

## 【報告】令和6年度香川県自殺対策連絡協議会

2024年8月30日（金）、令和6年度香川県自殺対策連絡協議会がオンラインによるWeb会議で開催され、当法人から理事長代理として理事杉山が出席した。

最初に、座長の香川県健康福祉部次長尾崎俊史氏から、香川県として第2期いのち支える香川県自殺対策計画に従い対策に取り組んでいること、本会議により関係機関の取組みについて情報共有を行い対策の推進に努めたいという挨拶があり議事に入った。

まず香川県の自殺の現状について事務局から説明があり、平成24年以降減少気味であったが令和2年は増加に転じ、令和3、4年は減少したが5年は速報値でやや増加傾向にあること、令和4年は30代男性が増加していること、自殺の原因、動機は単純なことではないとの報告があった。委員の香川県医師会常任理事佐藤仁氏から、酩酊状態での自殺が少なくないこと、アルコールの「依存症」と決めつけることはできないがアルコール対策が遅れているのではないかと質問があり、これについては、障害福祉課土手課長からアルコール依存の対策にも取り組んでいきたいとの回答があった。また香川いのちの電話協会事務局長田中氏からは、市町の具体的な取組みの調査についての質問があり、これについては土手

課長からメンタルヘルスの相談窓口の増加と関係機関の努力の積み重ねが、自殺を思いとどまることのきっかけとして全体の自殺者の減少に繋がっているのではないかとの回答があった。

次に、県としての取り組み（健康福祉部、商工労働部、教育委員会、警察本部）について説明があり、引き続き県内関係機関（労働局、民間団体）の取り組みの紹介があった。グリーンワークかがわとしては、杉山から相談窓口の紹介と、普及啓発事業の紹介を行い、自殺が特別な人の問題でなく、メンタルヘルスの不調からの連続性として、暮らしの中の喪失についての啓発も行っていることについて説明を行った。

この会議にはこれまでも出席してきたなかで感じたこととして、各領域からの報告を通して、自殺問題が「うつ病対策」という視点ではなく、生活の場におけるメンタルヘルスという領域に広がりをもって取り組みがなされていることが印象的だった。教育現場、労働現場という生活に根ざす取り組みの紹介がなされ、さまざまなメンタルヘルスの問題への取り組み、災害や事故などの緊急支援、メンタルヘルスユーザーの支え合いの場の提供、安全で健康に働ける職場環境作りのためのハラスメント防止対策などの言及もあり、これまでのこの連絡協議会の積み重ねによっていわゆる「うつ病対策」一辺倒から脱却し、生活者の視点に立った有機的な取り組みへ変化しつつあることを感じた。

ひとつの象徴として、世界メンタルヘルスデーをめぐるキャンペーンを挙げておきたい。昨年、10月10日の世界メンタルヘルスデーに合わせて高松シンボルタワーがシルバーにライトアップされる啓発が始まった。世界メンタルヘルスデーとは、メンタルヘルス問題に関する世間の意識や関心を高め、偏見を無くし、正しい知識を普及するために定められた国際デーのことであり、シンボルカラーは、雲の隙間から差し込む来光が希望を含む光として銀色に定められたものである。認定 NPO 法人マインドファーストの呼びかけに応じて香川県と高松市の合同で実施可能となった。

グリーンワークかがわとしても、相談窓口の紹介だけでなく、普及啓発事業と技術援助事業の紹介を通して、暮らしの中のグリーンワークを啓発する姿勢を続けていきたい。

（文責：杉山洋子）

---

## ◆2024年8月11日 第200回理事会◆

### 第1号議案:7月末の会計に関する事項

事務局長から7月末現在の貸借対照表、損益計算書をもとに説明があり、正会員と賛助会員会費納入状況、寄附金、技術援助、普及啓発、役員報酬支払について説明があり、了承された。

### 第2号議案:認定 NPO 法人有効期間更新申請の準備に関する事項

第199回理事会第6号議案で決議された有効期間更新申請準備を進めるにあたり、2020年の更新の際に受けた現地調査の指導内容を確認した。管理部門の報償費の基準については事務局案を作成して次回理事会に諮ること、賛助会員の会費については次回の総会で承認を得ることで了承された。

### 第3号議案:HP への技術援助問い合わせフォーム設置に関する事項

HP 上で準備中になっている技術援助のページについてフォーム案を作成し次回の理事会で諮ることです承

された。また、講師派遣のための法人内の人材バンクの準備も今後の課題として挙げられた。

第4号議案:丸亀市社協ゲートキーパー普及啓発事業に関する事項

2025年2月以降に実施される丸亀市民生委員を対象とした同事業への講師派遣について、受諾し引き続き技術援助担当理事から連絡をとることです承された。

第5号議案:かがわ長寿大学への講師派遣に関する事項

2025年度かがわ長寿大学への講師派遣について受諾の方向で、技術援助担当理事から条件等について確認をとることとして了承された。

第6号議案:土庄町役場ゲートキーパー養成講座への講師派遣に関する事項

2024年12月開催希望の同事業への講師派遣について、技術援助担当理事から連絡を取ることで了承された。

第7号議案:2024年度のグリーフカウンセラー資格認定委員の選出に関する事項

2024年度の資格認定委員として、理事長からの提案です承された。第1回認定委員会は理事長が招集し、認定委員長を決定すること、事業説明会の日程を決めることで了承された。

第8号議案:相談予約専用電話の対応に関する事項

コーディネーターの電話対応が困難時には理事内で対応し引き続き担当者交渉することです承された。

以上