

自死遺族支援グループの活動に関する研究

櫻井信人¹⁾, 栗生田友子¹⁾, 小林創²⁾, 浦山留美³⁾

1) 新潟県立看護大学, 2) 国立病院機構さいがた病院

3) 国立病院機構北陸病院

キーワード：自死遺族, 支援グループ, 遺族ケア,

はじめに

日本の自殺者数は、警視庁によると平成10年より13年連続で3万人を超える状態が続いている。その中でも新潟県の自殺率は30.2%（平成20年）と全国平均25.3%よりも高い。このような状況の下、自殺対策については全国各地で行政機関を中心に組み立てられているが、毎年3万人を超える自殺者が続いている現状を見ると、自殺後に残された遺族へのケアにも目が向けられるべきである。そこで我々は自殺対策の中でもポストベンションにあたる自死遺族のケアに焦点を当て、平成22年3月に自死遺族支援グループを立ち上げた。

研究目的

本研究では、自死遺族支援グループをA地域に根付かせ、効果的な支援を実施していくために、自死遺族支援グループの運営や活動を通してそこでの課題を検討していくことを目的とした。

介入内容

平成22年3月に設立した自死遺族支援グループの活動を継続的に実施した。実施内容は主に定例会や電話相談であり、定例会は奇数月に一回のペースで開催し、電話相談は随時受け付けた。定例会の日以外にも参加者の希望により個別面談を実施した。開催の周知には、新聞等の広報やインターネットのホームページ、パンフレットを用いた。

定例会は当日参加可能とし、毎回午後2時から約2時間開催した。最初に受付で事前アンケートを配布し、亡くなった人との関係や個別相談等の希望を聞き、それをもとにグループ分けを実施した。各グループにスタッフがファシリテーター役として入り、守秘義務の原則など会のルールを説明した上で、個別または集団での相談や語り合いの場を設けた。平成22年度の支援スタッフの構成は、精神看護学教員3名と精神科看護師2名、小児看護学教員1名、受付スタッフ1名の計6名であり、第1回目と第4回目では、他の自助グループから応援スタッフを招いて実施した。

活動内容については、参加者の声やスタッフの振り返りから課題を抽出し、評価修正を繰り返していった。

結果・考察

1. 開催状況

開催状況としては隔月に一回開催し、定例会への参加者は延べ14名であった。5月に開催した第2回目は参加者1名であり、はじめの会の存在をいかに知ってもらうか、広報の充実が求めら

れた。第3回目は参加者2名にスタッフ2名が入り実施した。第4回目では4名の参加があり、1つのグループで実施したが、スタッフの振り返りでは個別で実施すべきであったとの反省点が出された。第5回目では3名の参加があり1名と2名のグループに分かれ、それぞれスタッフが2名入り実施した。第6回目は1月30日に開催したが、豪雪のため参加者はなく電話相談が1件あった。

2. 対象者の反応

第3回目では、参加者の事後アンケートからは「温かく丁寧に対応してくれた。」や「話を聞いてくれてありがとう。」などの意見があり概ね好評であった。第4回目では4名を1つのグループで実施したが、参加者からは「重い感じがした。」といった意見もあった。第5回目での参加者の事後アンケートからは「手厚く対応されている。」「温かく迎えてくれて安心した。」といった意見があった。

これまでにスタッフの振り返りにより得られた課題としては、以下の点があげられた。

1) 上越地域における地域性と参加のし辛さへの対処

都市部と比較すると交通の便が不便であり、特に冬期は遠方の方や高齢の方は参加したくても参加できない状況があった。また、知り合いに会うのではないかとといった不安もあり、参加のし辛さを強めていた。これらの状況を踏まえると、まずは電話相談に重点を置き、自死遺族が支援を求められる体制を作ることが必要ではないかと考えられた。

2) 自死遺族に対する正しい知識と理解の普及

「はじめの会」の存在をどのように知ってもらうか、広報の充実が課題としてあがった。この点に関しては、広報の対象は自死遺族だけでなく一般の方も含むことが有効であると考えられた。我々の活動を自死遺族だけでなく、広く一般の方にも知ってもらうことは、自殺の正しい理解や自死遺族の現状を知ってもらうことになり、自殺に対する偏見の軽減や自死遺族の苦しみの軽減にもつながっていくのではないかと認識に至った。そこで自死遺族に対する正しい知識と理解の普及を目的に、平成23年3月に広く一般の方を対象とした講演会を企画した。

3) 支援スタッフへのケアと人員の確保

休日に開催することでのスタッフの負担やファシリテーター役のスタッフへのケアが課題としてあげられた。さらに支援スタッフの人員を確保していくことも求められた。支援スタッフについては、長期的には参加者の中からスタッフを育成できる体制を整えていく必要があると考えられた。

4) 県内でのネットワークの確立

県内には自死遺族による自助グループとして、新潟市に「虹の会」と「越後逢うる」があり、今後は双方の交流やネットワークを構築していくことが必要ではないかと考えられた。また長期的な視野に立つと単独での開催だけでなく、行政機関とも協力しながら実施していくことも検討が必要になってくると思われた。