

看護大通信

50



精神看護学

助教 櫻井信人

平成十年以降、日本の自殺者は三万人を超える状況が続いています。この三万人という数字、想像できませんか？ 例えば、上越市に住む十五歳未満の子供を合計すると約三万人、今年二月に行われた東京マラソンの参加者が三万人であり、このかわらばんの発行部数も三万部です。これと同じ数の人々が毎年自殺で亡くなっているのです。さらにここ十年で見ると、自殺者の総数は三十万人を超えており、これは上越市の人口の一・五倍にもなります。

このような状況に対し、平成十八年に自殺対策基本法が成立されました。

この法律は、自殺をその人個人の問題にするのではなく、社会全体で取り組んでいくことを基本理念としています。さらに注目する点としては、自

殺すると平均四・五人の遺族が生まれると言われています。

最初に示した自殺者数のさらに四・五倍の数の遺族が生まれ、苦しみや悲しみを抱えながら生活していることとなります。病気で死亡するのは異なり、自殺の場合、遺族は亡くなったという悲しみに加え、周囲の目や偏見にも

遺された人々へのケア

殺予防だけに視点を置くのではなく、自殺後に遺された人々へのケアも対策の一つとしてあげられていることです。

自殺はその人だけでなく、その家族や周囲の人たちにも大きな悲しみを与えます。一人の人が自

見にも苦しむことになりません。自殺と言えずに隠していたり、誰にも相談できず苦しみを抱え続けている方々も多いのが現状です。

自殺後に遺された人々へのケアとしては、近年、自死遺族のつどいが全国各地で設立され始めてい

ます。県内では、新潟市において隔月に一回、自死遺族のつどい「虹の会」が開催されています。新潟県は自殺率の高い県の一つであり、遺された人々へのケアの需要は高いと考えられます。上越市にはまだそのような活動はありませんが、私たちは現在、上越市にも自死遺族のつどいを設立していくために、活動を続けていくとされています。自殺後に遺された人が一人で思い悩まず、安心して自由に語れるような場を作っていきたいと考えています。

