

事例紹介24

長野県精神保健福祉センターにおける
「自死遺族交流会」について

当センターでは、平成15年度から自殺対策として予防啓発などを展開してきましたが18年度から自死遺族への具体的な支援が始まりました。自死遺族の分かち合いを中心としたグループ支援は遺族交流会として丸1年が経過し、2年目を迎えた今、遺族支援の拡充の必要性と課題が明らかになってきました。

平成17年度：センターで開催した研修会で、センターに「自死遺族の会」の設立支援の要望が出され、大都市のように民間での開催を探りましたが、デリケートな分野であるため、現状では難しいとの結論に至りました。

平成18年度：センターでは遺族相談を開設するとともに、「自死遺族のための学習会」として、遺族を対象にセミナー形式で分かち合いについての学習会を開催しました。2日間の日程で実施したところ、延べ36人の参加者がありました。当初自助グループとしての開催を目指していましたが、学習会で初めて家族が自死したことを語るという方がほとんどで、遺族による自助グループは直ぐには立ち上げ困難と判断し、センター主導のグループ設立を試みました。センタースタッフ（保健師）がファシリテーターとなり、自死遺族の会準備会を年度末に2回開催することができました。延べ15人の参加がありました。

平成19年度：準備会に参加した遺族から、会の継続が強く望まれ、全国的にも珍しく行政主体で、平成19年度から毎月1回長野市内で自死遺族交流会を開催しています。自死遺族交流会の広報は、学習会参加者への案内と、市町村には広報誌や有線放送によるPRを依頼しました。参加の問い合わせ状況では、情報源として新聞が最も多く、次いで市町村広報で見たという方々でした。19年度は12回開催し、延べ90人が参加しています。会は第1に「安心して語れる場であること」をモットーに実施しています。毎回新しい参加者があります。参加者の遺族となってからの経過は様々で、遺族としてのつらさは期間によらず、今まで気持ちをどう整理してきたかによることがわかります。交流会に継続参加しているメンバーは新メンバーの話を聞き自分を振り返り、社会に気持ちを伝えていく必要を感じている方もいます。そのことが立ち直りを促進していきます。また、今後身近なところでの支援を進めるため、地域の保健所に相談窓口の設置を期待し、遺族の体験談を入れた、保健所保健師への専門研修を開催しました。

平成20年度：今年度は、参加者の要望に応え、親を亡くした自死遺児のグループを開催しました。南北に長い当県は全県で1か所の分かち合いでは遠距離で参加できないという声もあり、県の南部でも開催することにしています。また、今のグループの自助グループ化に向けて支援を継続するとともに、自助グループとなっても活動が継続できるように、会員拡大、スタッフ研修及び個別相談への支援を実施していく予定です。

長野県精神保健福祉センター 出澤 総子

電話番号 026-227-1810

ホームページ [http://www.pref.nagano.jp/](http://www.pref.nagano.jp/xeisei/withyou/index.htm)

[xeisei/withyou/index.htm](http://www.pref.nagano.jp/xeisei/withyou/index.htm)

〈遺族向けリーフレット〉

