

自死遺族自助グループ 「しまね分かち合いの会・虹」

家族を自死で突然亡くすということは、あまりにもその衝撃が過酷すぎ、ぽっかり大きくあいた穴には重い「鉛」がへばりついた感覚に息もまともに出来ない慟哭の日々が最低1年は続きます。

自死に対する差別・偏見という社会の壁に家族間でさえも語ることが出来ないのです。あつてはならないのですが、耐え難い苦しみに後を追う人もいるほどです。一人では抱えきれない想像もつかない壮絶な自責感と悲痛感でした。

せめて同じ体験をした者同士で、気兼ねなく亡くなった人の事を話したり悲痛を分かち合える場所の必要性を強く感じました。そして普通に語ってあげる事が本当の供養だとも思いました。

島根に遺族だけで語れる場所が欲しい・・・

2008年 8月	・ 自死遺族のつどい「しまね分かち合いの会・虹」を松江で立ち上げる。 ・ 分かち合いに行けない遺族のための「24時間電話相談」・「個人分かち合い」も同時スタート。
2009年 8月	・ 1周年記念の小冊子「会いたい」を発行。 ・ 分かち合いのつどい会場が出雲市、浜田市に広がる。
11月	・ 啓発活動として、自死遺族自助グループ全国初の「しまね自死遺族フォーラム」とパネル展を島根県民会館で開催。その後、毎年、県内各地にて同フォーラムとパネル展を開催。
2010年 春	・ 分かち合いのつどい会場は、大田市、益田市にも広がり、島根県内5カ所ではほぼ均等な距離間で開催でき、地元会場に行きたくない遺族は近隣会場への選択と交流が可能になる。
6月	・ 差別(二次被害)撤廃署名活動スタート。
8月	・ 江津市で開催の「しまね人権フェスティバル」に初ブース出展。その後、毎年同イベントに出展。 ・ 2周年記念の「会いたい」No.2を発行。
2011年 7月	・ 「アジア太平洋ソーシャルワーク大会」に、日本の自死遺族自助グループを世界に向けて紹介。
9月	・ 3周年記念として「涙が虹に変わるとき」をコンセプトに、すこし前向きになれた遺族たちの交流の場、「Jサロン・虹」をスタート。
10月	・ 松江市「福祉フェスティバル」に初出展。その後、毎年同イベントに出展。
2012年 2月	・ 島根県自死総合対策連絡協議会に自助グループ「虹」として初参加。
9月	・ 浜田市役所ロビーで「いじめ・パワハラで逝った人のミニパネル展」を開催。
2013年 2月	・ 「世界アンチスティグマ国際会議」において、「自死遺族の体験とスティグマ(烙印)」を世界に向けて発表。



過去、自死遺族は感情を語る場所も機会も無く遺族は孤立するしかなかったのです。しかし「分かち合いのつどい」を通じ、繋がり支えあうことで、故人の「死」を活かしてほしいという活動へと変化していきました。

傷の舐め合いをして何になるという意見もありますが、新しい皮膚が生まれるように、自死遺族の「分かち合い」という舐め合いは、再生への第一歩になりました。

「自死」という言葉のもつ意味も、遺族が集結し声を上げたからこそ理解してもらえる社会へと今大きく変わりつつあります。「自死」という言葉が変わることで、先ず、やっと自他共に「自死」に対する偏見・差別という重圧感から解放されます。そして「自死者の尊厳」も「遺された家族の人権」も守られ生きやすい社会になっていくと信じています。

今後も「しまね分かち合いの会・虹」の活動にご理解とご協力をどうぞよろしくお願いいたします。

つどい
のご案内

偶数月

松江 (いきいきプラザ島根)
大田 (あすてらす)
益田 (イーガビル内保健センター)

奇数月

出雲 (出雲市社会福祉センター)
浜田 (浜田市総合福祉センター)

開催日時・会場はお問い合わせ
ください。

しまね分かち合いの会・虹

TEL090-4692-5960(担当:桑原)

島根県の自死の現状

※島根県では「自殺」の言葉の使用について、現在検討を行っているところですが、この広報誌では「自殺」に相当する言葉として「自死」という言葉で統一して表記します。

島根県人権啓発推進センター

1. 現状

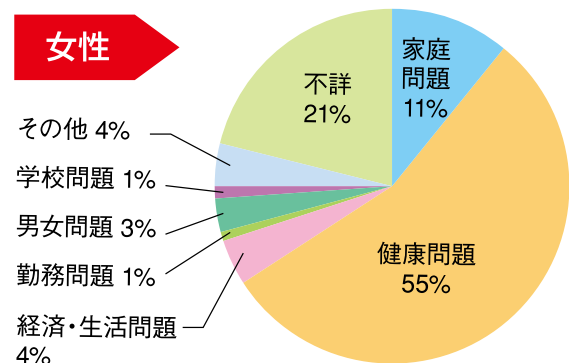
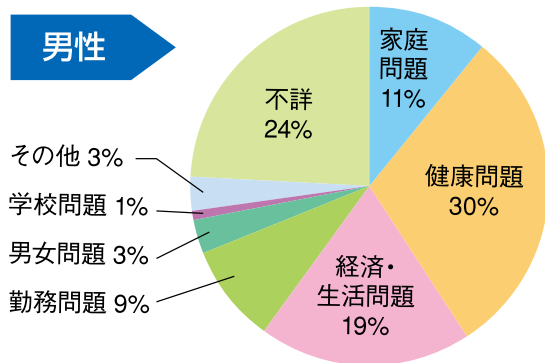
島根県の自死者数は14年連続で200人を超えていましたが、平成22年には200人を下回りました。しかし、人口10万人当たりの自死者の死亡率は、全国の死亡率を大きく上回っています。

	H9	H10	H11	H12	H13	H14	H15	H16	H17	H18	H19	H20	H21	H22	H23
島根県死者数	206	235	225	233	226	244	237	238	205	232	233	215	221	184	186
島根県死亡率	26.9	30.8	29.6	30.8	29.9	32.4	31.6	32.0	27.8	31.7	32.1	29.9	30.9	25.8	26.3
全国順位	2位	6位	6位	5位	4位	4位	7位	4位	11位	3位	5位	6位	4位	11位	6位
全国死亡率	18.8	25.4	25.0	24.1	23.3	23.8	25.5	24.0	24.2	23.7	24.4	24.0	24.4	23.4	22.9

資料:「人口動態統計」(厚生労働省)

2. 原因・動機

男性は「健康問題」が30%と最も多く、次いで「不詳」が24%、「経済・生活問題」が19%となっています。女性は、55%を「健康問題」が占め、次いで「不詳」が21%で、「経済・生活問題」や「勤務問題」は男性に比べ少なくなっています。



資料:警察統計

3 大切な人の命を救う 3つのポイント

悩みに気づき、
耳を傾ける

専門家に
相談するよう促す

寄り添い、
じっくり見守る

◆人生の様々な悩み

島根いのちの電話 **TEL.0852-26-7575**

月曜～金曜 9:00～22:00
土曜 9:00～日曜 22:00(年中無休)

フリーダイヤル「自殺予防いのちの電話」

☎0120-738-556

毎月10日 8:00～翌日 8:00(24時間・無料)

◆心の健康相談 [こころ、思春期、アルコール、もの忘れ等]

一般相談及び医師による専門相談
月曜～金曜 8:30～17:15(土・日・祝・年末年始を除く)

松江保健所 TEL.0852-23-1316 出雲保健所 TEL.0853-21-1653 浜田保健所 TEL.0855-29-5550 隠岐保健所(島後) TEL.08512-2-9710
雲南保健所 TEL.0854-42-9642 県央保健所 TEL.0854-84-9823 益田保健所 TEL.0856-31-9545 隠岐保健所(島前) TEL.08514-7-8121
県立心と体の相談センター TEL.0852-21-2885