







佐藤由佳利先生には、小学校・中学校・高校でのスクールカウンセラーとしての体験、スクールカウンセラーのスーパーバイザーとしての体験から『小中高での自殺予防の取り組みについて』お話をいただきました。

佐藤先生は、自殺予防について、全児童を対象とする自殺予防教育、ハイリスク群へのアプローチ、自殺未遂者・既遂者が出た際の学校・家族へのサポートという3つの段階があると話しました。そして、ハイリスク群のピックアップ・アプローチにおいては教員からの生徒への気付きが重要、大津市のいじめ自殺報告書や文部科学省の方針でもあるスクールカウンセラーの外部性について、スクールカウンセラーと学校の先生達が完全に切れると相談ケースは0になる、学校が組織として動いていくことについて、皆がベクトルの違う方向を向いていると上手く機能しないと話され、上手く連携していくためには皆がお互いの仕事について理解し尊重することが大事になる、と多くの職種が共存する学校現場での連携の在り方について述べました。

最後に、ある高校における“いのちの教育”、教員研修で行ったワールドカフェを一例に挙げ、学校現場における“生と性”、“死”を扱うことの難しさ、繊細さについて触れた後、しばしばクライアントに尋ねられる「何で人は生きていけなくちゃいけないんですか?」、「どうして人は死んじゃいけないんですか?」といった問いに答えられる先生になってほしいとメッセージを残しました。

三浦淳先生には、室蘭工業大学保健管理センター准教授の立場から『室蘭工業大学における自殺予防の取り組みについて』お話をいただきました。

講演では、室蘭工業大学に多くの相談体制があることをお話された後、体制作りだけではメンタルヘルス対策、自殺対策には不十分だとし、現在室蘭工業大学で行われているメンタルヘルス不調者を早期に発見する取り組みについてご説明いただきました。

まず、三浦先生は、ご自身の面接での経験や『全国大学死亡実態調査』から学年が上がるごとにメンタルヘルス不調になりやすい事を挙げ、大学生における就職や進学の実績がメンタルヘルスに大きな影響を与えることを示唆されました。そして、『全国大学死亡実態調査』の「保健管理センターなど学生相談に来ていましたか」という設問において、保健管理センターなどに来ていた学生がわずか18%であることを示し、自殺予防のためには積極的に危険のある学生へのアウトリーチが必要であること、体制を作って学生から相談に来ることを待っているだけでは不十分であることを強調されました。

次に、大学生の自殺のリスク要因について、大学生の自殺に関しては自殺＝うつ病と考えると非常に多くを見逃すとし、大学生の自殺に共通してみられる特徴について、お金の問題も絡む就職や進学の実績を要因の一つに挙げて、“絶望感”であると指摘しています。また、全国大学メンタルヘルス研究会が大学生における自殺者のリスクをMa's Salad (Mental, attempt, support, Sex, age, loss, alcohol, drug) としていることを紹介されました。

最後に、室蘭工業大学で実際に行っている啓蒙活動や新入生へのアンケートを元にした面談、授業の欠席回数でリスクの高い学生を同定する授業欠席アラームシステムなど実際的な取り組みについて報告されました。その中でも、健康診断を行った際にDSMの診断基準を元に2,000人を面接し、その結果2名しか新規カウンセリングに繋がらなかったことについて、「その後5名が別の理由で相談に来てくれた、保健管理センターに相談に行く敷居を下げることに繋がった」という話を聞き、こういった対策の地道な積み重ねが大切なのだなと非常に印象深く残りました。

研修会後に回収したアンケートからは、3名の先生方に「時間が短く、もっと聞きたかった」や「とてもわかりやすく勉強になりました」といった声が多く聴かれ、来場者の満足度も高く、講演の短さを

惜しむ声もありました。また、最近の話題である新型うつや教師の方々にとって身近な難しさのある“いのちの教育”、“アウトリーチの必要性”などへの感想が多く、講演後の質疑応答においても話題とされ、来場者の興味・関心の高さが伺えました。

最後の挨拶では、北海道精神保健福祉センター田辺等所長から3名の先生方の講演についての振り返りの後、今回研修会が行われた会場が第1回目の自殺対策フォーラムと同じであったことから、研修会の内容が、当時はフィンランドの自殺対策のお話を聞きこれからやりましょうという研修会であったのが、8年を経て、道内の若者に対する具体的で実践的な内容へと移り、非常に感銘深かったと、少しずつ自殺対策が進んできている現状について発言がありました。

### 【3】お知らせ

◇ 精神保健福祉センターでは、こころの電話相談を次の時間帯で受け付けています。

月曜から金曜日 9:00～21:00

土曜日・日曜日・祝日（12月29日～1月3日を除く） 10:00～16:00

Tel : 0570-064-556

※ご相談の電話が集中しますと、つながりづらい状態になりますがご了承ください。

◇ HP・携帯版HPをご覧ください

北海道地域自殺予防情報センターのHPを開発しています。最新の北海道の状況を掲載しており、より情報を見やすく、分かりやすくお伝えできるよう心がけています。

パソコンHP URL : <http://www.pref.hokkaido.lg.jp/hf/sfc/jisatutaisaku.htm>

また、携帯電話で見ることができる携帯版HPも開設しています。警察庁および北海道警察から公表された統計資料をもとに、北海道における自殺の状況を掲載しています。こちらも併せてご覧ください。

携帯HP URL : <http://www.pref.hokkaido.lg.jp/hf/sfc/i/joukyou.htm>

### 【4】編集後記

少しずつ暖かくなり、外を見渡すとちらほらと花が芽吹き始め、長かった北海道の冬が終わり春の到来を感じさせられます。

新年度は人事異動など慌ただしい時期ですが、皆様はいかがお過ごしでしょうか。私達、Andante編集メンバーにも変更がありました。心機一転、これからは皆様のお役に立てる情報を配信していけるよう努力していきたいと思えます。

いつもご愛読ありがとうございます。

次号 Vol.59 は、2014年5月末に配信予定です。

\*お問い合わせ先\*

北海道立精神保健福祉センター  
札幌市白石区本通16丁目北6番34号  
Tel 011-864-7121

Fax 011-864-9546

URL <http://www.pref.hokkaido.lg.jp/hf/sfc/>

Mail [hofuku.seishin1@pref.hokkaido.lg.jp](mailto:hofuku.seishin1@pref.hokkaido.lg.jp)