

題と自殺」というテーマを元に、医療法人こぶし植苗病院の芦沢健院長、日本ダルク代表・NPO 法人アパリの近藤恒夫理事長、独立行政法人国立精神・神経医療研究センター精神保健研究所薬物依存研究部診断治療開発研究室長であり、自殺予防総合対策センター副センター長でもある松本俊彦氏の3名の講師をお迎えし、講演していただきました。当日は札幌市教育文化会館に200人を超える方のご来場がありました。ここでは、フォーラムの中で3名の先生方が自殺対策についてどのようなお話しをされていたかを簡単にですがまとめて行きたいと思います。最初に、芦沢健氏から「アルコール依存症と自殺～北海道のAA有志の自殺リスクに関する調査から考えたこと～」についてご報告いただきました。お話しは、アルコールについての基本的な知識に始まり、AA（アルコホーリクス・アノニマス）の成り立ち、AA参加の自殺念慮に対する効果の調査・統計分析、そして自殺と依存症の問題・対策にまで言及していただきました。特に、アルコール依存症の治療において「正直が治療中最大の美德」であることや、自助グループの調査から自殺が「孤立の病」であることをお話され、自殺対策として自助グループ参加が非常に有効であるということを経験的にお話していただいた事が印象に残ります。また、うつ病100万人と言われていたものの、その背後には依存症による借金の問題などが隠れていることもあり、依存症が疑われた時には薬物治療のみに頼らずAAなど自助グループへの参加が大事であるということを強調されていました。

次に、松本俊彦氏より「アルコール・薬物依存症と自殺対策」について講演していただきました。お話しは、現在の日本における自殺の状況に始まり、働き盛りの中年男性の自殺とその問題点、アルコールの危険性、アルコールとうつとの関連、薬物、依存症や自殺してしまう人の心情、自殺対策や援助者への心理的サポートの必要性など多岐にわたりました。それら多くの身近な話題を元にしながらかつ研究データを組み込み、軽快で非常に分かり易くお話しされました。特に、依存症は援助者をだまし自分をだます「否認の病」であることや「依存症にはまるのは快感があるからということだけではなく、今その人が置かれている苦痛をやわらげるためでもある」という言葉、自殺対策を行っている人のバーンアウト、自殺の多い時間帯や自殺者の職業・年齢など詳細なデータを元にした対策の必要性、そして最後に語られた自殺者の心情などは非常に心に残りました。

そして、近藤恒夫氏からは「薬物依存症と自殺」についてご自身の体験談を交えながらご報告いただきました。お話しは、近藤氏ご自身が薬物にはまり裁判を受け、拘置所へと収容されたという壮絶な体験から始められました。そして、出所後に病院に通っていたものの、薬物依存症者回復のための社会資源の不足を痛感し、ダルクを立ち上げることになった経緯をお話されました。他にも、薬物乱用に関する歴史的な流れ、ダルクメンバーや職員の自殺など依存症場面の第一線で働かれている方としての貴重な体験談をお話されました。特に、ダルクメンバー自殺のお話しは、援助者としての大変さ辛さがよく伝わって来てお話を聴いているこちらも辛くなる思いがしました。

最後に、北海道立精神保健福祉センター田辺等所長を座長に、講師3名とのトークセッションが行われました。ここでは、講演の中で語られなかったことや付け加えられることなど、3名とも自由にお話しされました。ギャンブル依存の経済問題の深刻さや脱法ハーブの問題、処方薬など医療の場での依存症など最新の話題が主に取り上げられました。特に、これからは医療を受ける消費者として援助者を選ぶこと、孤立を避けること、苦痛を避けるために依存に走っているということを忘れないこと、依存症者を社会で受け入れて行くことなどが大事であると

再度強調されていました。

今回のフォーラムは多くの方のご来場があり、講師3名からは興味深く貴重なお話をいただきました。フォーラム後に行ったアンケートについても好意的なものが多かったように思います。そして、毎年多くの方が自殺しているという問題を、今の社会に生きる私たちの共通の課題として語り合い、ひとりひとりに何ができるかを考えていく機会となったなら幸いです。

【3】お知らせ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・

◇ 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を開設しています。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・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・

最近日は落ちるのも早くなり、出歩くのにもコートが必要な季節となってきました。ふと外を見渡すと、すっかり葉も色づき郷愁に誘われます。気温も低くなり何かと物哀しい季節ではありますが、美味しいものでも食べて乗り切りたいものです。皆様も体調など崩されぬようご自愛ください。

今号では、簡単にではありますが「自殺について知ろう」で、第8回北海道自殺対策フォーラムについて取り上げました。こちらの詳細は後日ジャーナル及び、当センターHPにて掲載しますので興味のある方はご一読ください。

日頃のご愛読ありがとうございます。
次号 Vol.53 は、11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