

悩みや問題を抱えた人々に届く「当事者本位」の施策の展開ができるよう、政府全体の意識を改革し、一丸となって自殺対策の緊急的な強化を図るため、「いのちを守る自殺対策緊急プラン」が定められました。

その自殺対策のひとつが、ゲートキーパー養成です。ゲートキーパーとは、悩んでいる家族や仲間の変化に気づき、声をかけ、本人の気持ちを尊重しながら話に耳を傾け、専門家に相談するなど必要な支援につなげ、温かく寄り添いながら、じっくりと見守る人のことです。

悩みを抱えた人は、「人に悩みを言えない」、「どこに相談に行ったらよいかわからない」、「どのように解決したらよいかわからない」等の状況に陥ることがあります。悩みを抱えた人を支援するために、周囲の人々がゲートキーパーとして活動することが必要です。

自殺対策におけるゲートキーパーの役割は、心理社会的問題や生活上の問題、健康上の問題を抱えている人や、自殺の危険を抱えた人々に気づき、適切にかかわることです。

ゲートキーパー養成のプログラムを実施することは、世界各国で効果的な自殺対策の一つとして取り組まれています。

自殺総合対策大綱(平成19年6月8日閣議決定)の中でも、自殺の危険性が高い人の早期発見、早期対応を図るため、自殺の危険を示すサインに気づき、適切な対応を図ることができる「ゲートキーパー」の役割を担う人材等を養成することを目標に掲げています。

より詳しい内容については、以下の内閣府自殺対策ホームページ「いのちを守る自殺対策緊急プラン」をご参照ください。

<http://www8.cao.go.jp/jisatsutaisaku/plan/index.html>

【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。

月曜日から金曜日 9:00～21:00

土曜日曜祝日(12月29日～1月3日を除く) 10:00～16:00

Tel:0570-064556

※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 を設置しています。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、分かりやすくなるよう心がけています。

また、携帯電話で見られる携帯版 HP も設置しています。うつ病や依存症、借金問題についての知識をはじめ、「死にたい」と相談されたときの対応の方法についての情報を Q&A 形式で紹介しています。ぜひご覧ください。

PC 版 HP URL: <http://www.pref.hokkaido.lg.jp/hf/sfc/jisatutaisaku.htm>

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

【4】編集後記

桜の季節も終え、花々や新緑の美しい季節となりました。皆さんはゴールデンウィークをどのように過ごされたでしょうか。お天気が不安定なこの頃ですが、北海道の短い夏に向かい、お天気が良い日が多くありますようにお天道様に願う毎日です。昼夜、気温の変化も大分ありますので、皆様、お体ご自愛くださいませ。

今後も「Andante」を宜しく願い申し上げます。

3月11日に発生した東北地方太平洋沖地震で亡くなられた多くの方々のご冥福を心よりお祈り申し上げますとともに、被災された皆様へ心よりお見舞いを申し上げます。

次回 Vol.24 は 2011 年 6 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