



全体:3,325 人について各時間に占める割合

0 時(8.3%)、1 時(3.8%)、2 時(2.9%)、3 時(3.4%)、4 時(3.2%)、5 時(4.2%)、6 時(3.8%)、7 時(2.6%)、8 時(2.9%)、9 時(2.6%)、10 時(3.6%)、11 時(3.0%)、12 時(5.3%)、13 時(3.2%)、14 時(3.3%)、15 時(3.4%)、16 時(3.0%)、17 時(2.6%)、18 時(2.8%)、19 時(1.9%)、20 時(1.7%)、21 時(1.9%)、22 時(2.4%)、23 時(2.6%)、不詳(21.5%)

男性:2,322 人について各時間に占める割合

0 時(8.3%)、1 時(3.9%)、2 時(2.7%)、3 時(3.1%)、4 時(3.5%)、5 時(4.8%)、6 時(3.9%)、7 時(2.7%)、8 時(3.1%)、9 時(2.4%)、10 時(3.3%)、11 時(3.0%)、12 時(5.3%)、13 時(2.7%)、14 時(3.1%)、15 時(3.2%)、16 時(3.0%)、17 時(2.2%)、18 時(2.6%)、19 時(1.8%)、20 時(1.5%)、21 時(1.9%)、22 時(2.4%)、23 時(2.3%)、不詳(23.5%)

女性:993 人について各時間に占める割合

0 時(8.5%)、1 時(3.4%)、2 時(3.5%)、3 時(4.0%)、4 時(2.5%)、5 時(2.8%)、6 時(3.7%)、7 時(2.4%)、8 時(2.6%)、9 時(3.1%)、10 時(4.2%)、11 時(3.2%)、12 時(5.4%)、13 時(4.3%)、14 時(3.9%)、15 時(3.7%)、16 時(3.1%)、17 時(3.5%)、18 時(3.3%)、19 時(2.1%)、20 時(2.1%)、21 時(1.8%)、22 時(2.5%)、23 時(3.2%)、不詳(16.7%)

(以上「○時」は「○時台」を意味します)

全体では、0 時に自殺が最も多く、次に 12 時(午後 0 時)が続いています。最も少ないのは 20 時で次いで 19 時・21 時となっており、24 時間の中で 1%台であるのは 19 時台から 21 時台のこの連続した時間帯だけです。

男女別にみた場合、0 時、12 時(午後 0 時)の順で自殺が多いのは全体の場合と同じですが、男女の各時間の割合を比べてみると、男性の 3 位は 5 時台で女性の 3 位は 13 時台です。また、4 時台から 8 時台では連続して男性の自殺者が多く、9 時台から 20 時台までは連続して女性の自殺者が多いのがわかります。

\*\*\*\*\*

## 【2】本の紹介

今回は、子どもをなくした親の会「ちいさな風の会」の世話人の 若林さんが、多くの当事者の声や思いを収録された『自殺した子どもの親たち』(若林一美著 青弓社 2003)という本の紹介をしたいと思います。

「ちいさな風の会」は、さまざまな原因で子どもをなくした親の会ですが、本書が執筆された 2003 年頃には会への問い合わせの半数以上が自殺者の遺族であったということです。

そのような状況から、本書発行の 3 年前から定例会とは別にわが子を自死でなくした人だけを対象とする分科会が開かれています。

本書は、全国各地から分科会に参加する親たちの証言や文集に寄せられた手記を中心にしながら、愛する人を自死で失った親はどのような悲しみの中にいて、そして、その悲しみを抱きながら、どのように生きつづけることができるのか、といった自死という死の及ぼす影響を遺族の悲嘆という観点から書き起こされています。分科会に参加する人は子どもとの死別から間もない人や、何年もの黙した時間を経て参加する人、一人子をなくした親、複数の家族を自死でなくした親など様々です。著者が「悲しみをもつ人の真摯な言葉のなかには、生きる光を失った遺族が生きる支えとなる力が秘められているように思う」と表現する内容で埋め尽くされた本です。語られることの少ない父親の思いが、子どもとの死別の数か月後から8年目までという時間の流れに沿って記されているのも本書のひとつの特徴といえるのではないのでしょうか。

著者は、『時が人を癒す』ともいうが、歳月の流れは人の心にどのような作用を及ぼすのだろうか。そしてそれは、単なる時間の積み重ねなのだろうか。集会の場のなかで、何が語られるか。それが共有体験をもつ人の心をとおして語られたとき、悲しみは悲しみでありながら、人の痛みを癒していくようにも思う。しかしそれだけではなく、『場』のなかにただよう、言葉で表現するのは難しいが、その場のかもしだす雰囲気、人の心に及ぼす影響が大きいと思う」と記し、また、「あとがきにかえて」では著者の実感として「親にしかわからないことがある。しかし親だからできないこと、親にもできないことがある」と述べています。

\*\*\*\*\*

### 【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。

なお、札幌市民の方は上記番号では接続されませんので、札幌こころのセンター(札幌市精神保健福祉センター)の相談をご利用ください。

Tel:011-622-0556

◇ 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

早いもので、今年最後の配信となりました。ところで、来年の干支は「うさぎ」ですね。うさぎって、どんな性格なのだろうとネットで調べてみると、「好奇心旺盛で感受性が強く甘えたり人にかまってもらうのが好きな動物」とありました。うさぎにあやかって、好奇心旺盛に、また感受性を強くできるようにアンテナを高くあげて、来る年も皆さまに、情報を発信していきたいと思います。今後ともよろしく願いいたします。

次回 Vol.19 は 2011 年 1 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)