

# みんなが安心して暮らせる「シェルター」 を考える公開フォーラム 自殺のない社会を目指してー

## 目次

フォーラムの開催趣旨	1
フォーラムの概要	2
オープニング・メッセージ（茂幸雄）	3
シェルターに向けての活動報告	4
映像報告：みんなのシェルター	16
みんなでシェルターを考えるワークショップ発表会	18
ワークショップの振り返りシート（一部）	25
報告者とメディア関係者の話し合い	26
資料1：活動報告参考資料	27
資料2：開催案内	39
自殺のない社会づくりネットワーク・ささえあいの紹介	40

2010年11月5日開催

〔主催〕

自殺のない社会づくりネットワーク・ささえあい  
フォーラム実行委員会

〔後援〕

心に響く文集・編集局  
自殺防止ネットワーク風  
白浜レスキューネットワーク  
コミュニティケア活動支援センター

〔協賛〕

住友生命社会福祉事業団

## フォーラムの開催趣旨

福山なおみ

自殺のない社会づくりネットワーク・ささえあい事務局長

自殺のない社会づくりネットワーク・ささえあいでは、人のつながりとささえあいを基本的理念として、3つのサブシステムを考え、昨秋は、自殺防止活動に取り組む人たち「ゲートキーパー」と、自殺を考えたが思いとどまった人たち「フォワード」、生活を支え就労を支援する人たち（シェルター）が集って、「自殺多発場所での活動者サミット」-自殺のない社会を目指して-と題してフォーラムを開催しました。

わたしたちは事前に、自殺多発場所と呼ばれる7か所（東尋坊、三段壁、足摺岬、天瀬ダム、青木が原、宮ヶ瀬ダム、錦ヶ浦）を視察させてもらいましたが、実践活動をしている人がいるところは東尋坊、三段壁の2か所でした。そこに集ってくる人の多くの思いは、自分に関心をもち、ここに寄り添い、支えてくれる人がいるからなのです。

しかし、自殺多発場所は、岩場に限ったことではなく、自宅や納屋、松林、学校や職場、病院などわたしたちの暮らしの場であり、言い換えれば自殺多発場所は日本中どこにでもあるということになります。

今春、名古屋で自殺を思いとどまった人の暮らしを支え、就労を支援する活動に取り組んでいる人たちが集って、シェルターネットワークフォーラムを開きました。

シェルター活動は、特別な場所で、特別な人が、特別のことをしているのではなく、ささやかな暮らしの中に、人間が本来もっているケアのところで、隣人に気づかい、ここに寄り添うこと、そして、つながり、ささえあう中に、自分らしく生きているという実感がもてる、そのものがシェルターなのではないかと思うようになりました。

シェルターは、自殺を思いとどまった人にとって自殺企図を繰り返さないための見守りのできる「安全な一時的避難場所」であるとともに、人が生きるうえで重要な「安心できる場所」の居場所であったらと思います。

そこで、今年は、みんなが安心して暮らせる「シェルター」をテーマに、自殺のない社会を目指して、わたしたち一人ひとりができることを考えるフォーラムを開催することにしました。「安全」「安心」を兼ねた広い意味での「シェルター」について、日常的なささえあいや人のつながりを育てていく仕組みや場を、みなさんと一緒に考えていければと思います。

そして、ここで蒔かれた「シェルターの精神（種）」が、日本中に広がっていったらいいなと思います。

## フォーラムの概要

### <日時>

2010年11月5日 午後1時～5時

### <場所>

日本財団大会議室

### <プログラム>

オープニング挨拶：代表茂幸雄

#### 第1部：ミニ活動報告

##### [報告者]

茂 幸雄（心に響く文集・編集局理事長）

篠原鋭一（自殺防止ネットワーク風理事長：長寿院住職）

森崎雅好（高野山大学助教：雅宝庵主）

井内清満（ユース・サポート・センター・友懇塾理事）

菊池 謙（自由と生存の家実行委員会）

一条真也（作家：株式会社サンレー代表取締役社長）

##### [映像報告：みんなのシェルター]

大西 連（自殺のない社会づくりネットワーク・ささえあい）

##### [進行]

福山なおみ（自殺のない社会づくりネットワーク・ささえあい事務局長）

#### 第2部：ワークショップ（参加者によるグループ単位の話し合い）

##### [テーマ]

「私にとってのシェルターって何だろう」

「私はこんなシェルターがほしい」

「こんなことなら私もできそうだな／やりたい」

##### [発表とコメント]

##### [進行]

佐藤 修（コミュニティケア活動支援センター事務局長）

報告者とメディア関係者の話し合い（ワークショップと並行して開催）

### <主催>

自殺のない社会づくりネットワーク・ささえあい（フォーラム実行委員会）

### <後援>

心に響く文集・編集局

自殺防止ネットワーク風

白浜レスキューネットワーク

コミュニティケア活動支援センター

### <協賛>

住友生命社会福祉事業団

## オープニング・メッセージ

茂 幸雄

自殺のない社会づくりネットワーク・ささえあい代表

私は、福井県・東尋坊で自殺防止活動をしている茂幸雄と申します。

私から「自殺のない社会づくりネットワーク・ささえあい」の代表の立場から一言ご挨拶をさせていただきます。

ご案内のとおり、「みんなが安心して暮らせる『シェルター』を考える」をテーマに、今回この公開フォーラムを企画しましたところ、全国からこのように沢山の方がお集まり下さいましてありがとうございます。

私は、今日までに全国から東尋坊に向かって自殺を考えて集まって来られた291人の方たちの話を聞いてきました。

そして、この人たちが口を揃えて言っていた言葉は

「しばらくのあいだでいいんです、『心の整理』が出来るまでの間、誰か『安らく』場所を提供してくれませんか？」

「今、苦しいんです！この悩み事を解決するまでの間、誰か寄り添ってくれませんか？」

「私の悩み事を聞いてください。そして、一人歩きできるまでの暫くの間でいいんです。誰か私を支えてくださいませんか？」

と言う叫び声でした。

この人たちの求めている3つのこと、「相談に乗る」「支える」「一時避難場所」を提供することにより、多くの人の命が救われている現実があります。

本日ここにお集まりの方たちは、全国各地で、悩み、苦しんでいる人たちに「精神的」「物質的」に何らかの形で「ささえ」ておられる実践者の方たちです。

そこで、第1部では、こういう活動を実践されている6団体の代表の方からそれぞれの活動内容をご報告していただき、第2部では、みなさんに「シェルターってなに？」について、「癒し」「安らぎ」などについて話し合ってください、「誰にでもできる『ささえあい』とは何か？」について、全国の人に向けて発信できるフォーラムになればと考えております。

本日は長時間となりますが、有意義なフォーラムにまることを確信しまして、ご挨拶とさせていただきます。

## シェルターに向けての活動報告

<はじめに>

福山なおみ（自殺のない社会づくりネットワーク・ささえあい事務局長）

ネットワーク事務局長の福山なおみと申します。どうぞよろしくお願ひいたします。

第1部のミニ報告では「自殺のない社会に向けて何が出来るか」ということで、まず6名の実践者の人たちにお話を伺うことにいたしました。大変短い時間ですが、資料もお手元に配布させてもらっていますので、それを参照しながらお聞きいただければと思います。

つづいて、「シェルター」の概念を広げるために、あらかじめ何人かの方に「自分にとってのシェルター」についてお聞きした報告をさせてもらおうと思います。

<報告1：東尋坊での人命救助活動>

茂 幸雄（心に響く文集・編集局理事長）

私の団体がやっている活動についてご報告させていただきます。

私の団体は、平成16年の4月から、「自殺の名所」と呼ばれている福井県・東尋坊の水際で「自殺防止活動」をしています。

私は、この「名所」という言葉が大嫌いです。

何故かといいますと、日本にある「自殺の名所」と呼ばれている場所の大半が観光地になっており、そこでは観光協会が組織され、「名所」を謳い文句にして観光客を呼び込んでいる実態があるからです。

警察的には、自殺の名所とした項目の統計資料は見当たりません。自殺が多く発生している場所について、「自殺多発地域」とか「自殺多発地点・場所」などとして分析されています。私が思うに、「名所」という言葉は観光協会が付けた言葉であり、自殺する場所を見せ物にして観光客を呼び込む商材にしていると思うのです。

一昨年10月、私たちの会で「自殺多発場所で活動する者とのサミット」を東京で開催しました。その時の準備として、全国にある「自殺の名所」と呼ばれている場所を視察し、地元の行政機関や地元で自殺防止に取り組んでいる人たちと懇談会を開催しましたが、あの時私が感じたものです。

「自殺防止活動」という言葉も嫌いです。なぜなら、「死にたくない!」「誰か、助けて下さい!」「できるものなら、もう一度再出発したい!」と、心の中で叫んでいる人たちに手を差し伸べ、この人たちを救い出すのですから正しく「人命救助活動」であると思うのです。

東尋坊で活動している者は、「自殺多発場所で人命救助活動を行っている」との気概で活動しているのであり、現在86名の方が登録されており、うち約20名が実際に東尋坊の岩場をパトロールして自殺企図者を見つけ出し、悩み事をお聞きして自らの力で再出発できるまでの一連のお手伝いをしています。

パトロールができない遠方の会員さんをお願いしていることは、東尋坊へは全国から自殺を考えて集まってきていますので、この人たちが居住地に戻った場合、再び自殺念慮が噴き出した時にその後の「心のケア」をしてもらっています。即ち、県外の会員さんには友達になってもらうなどの、その後の支援をお願いしています。

このように、私たちがしている活動の1つ目は、今まさに岩場から飛び込もうとしている

人たちを捜し求め、その人たちに「死んだらアカン！」と言って自殺を食い止めるパトロールをしています。

2つ目は、岩場で遭遇した人の悩み事を徹底的にお聞きするのです。その時の悩み事をお聞きする態度は、「その人の悩み事が自分のものとして受け止められるまで」であり、自分が相手の悩み事に共感し、自然に共に動きだしたくなるまで相手の悩み事を聞き取るのです。ですから、あっち行け、こっちへ行けなどと言って突き放すことはしません。

そして3番目は、その人の悩み事を解決するお手伝いをするのであり、その人の悩み事を解決するために何処までも出向いて行き、解決するための同伴活動をしています。

そして4番目は、その人たちが再出発できるようになるまでのいろいろな生活支援をしています。再出発をしてもらうためにシェルターに繋ぐのです。即ち、住み込みで生活ができる仕事を紹介してあげるなのであり、このように遭遇から再出発までの一連の支援活動をしてきています。

実はこの活動を開始するに当たり、一番心配したことは「余命宣告」を受けた人が岩場に立っていたらどうするかでした。

しかし、今のところ「余命宣告」を受けた人との出会いは二人しかいませんでした。

一人は70歳を少し過ぎた男性で、パーキンソン病と言われる難病を抱えた方であり、もう一人は42歳の既婚の女性で、医師から「末期乳がん」と宣告され「手遅れのため手術もできない」とまで言われていた人でした。

パーキンソン病の方は、奥さんを連れて福井県にある曹洞宗総本山・永平寺を参拝して東尋坊へ来られた方であり、永平寺にお参りをしたため御利益が得られた「もう、絶対に自殺は考えない！」と言ってくれました。その後、私たちとの文通や電話によるお付き合いが始まり、その人に体験談を綴ってもらって出版本に載せましたが、今は次の出版に向けた作文を書いてもらっています。

もう一人の末期乳がんの女性は、これまで2回、自宅で自殺未遂をしたと言っていた方であり、私たちが管理しているアパートで2泊3日泊まってもらいました。このアパートは、東尋坊で私たちと遭遇した自殺企図者の方たちの一時の宿として借りているものであり、当時、3人の自殺企図者が生活していましたが、この方たちとも仲好しになり、全員が私たちの東尋坊の事務所へ遊びにきてくれました。

東尋坊にある事務所の隣には小さな庭がありますが、丁度水仙花の球根を植え付ける時期で、たくさんの球根の貰ったものがあつたため皆さんで水仙の植え付けをしてもらいました。いま、その方は関西方面の自宅に戻り療養中ですが、“水仙だより”として、水仙の成長状況や近況を報告しており、彼女からは来春には旦那さんと共に開花した水仙花を見に来るとのメールを頂いています。

このように、余命宣告を受けている方であっても夢をもっていたき生き続けてもらっていますが、私たちの合言葉は「最後の最後まで燃え尽きようよ！」であり、その後もお互いが支え合っています。

私は、この活動を続けていていつも思うことは、どんな小さなことでもいいから、相手の心の癒しになること、心の安らぎになることを相手に提供することにより尊い命が救われるということをお伝えしたいのです。

私たちの活動は、冒頭でも言いましたように、みなさんが助けてくださいと叫んでいるのです。この叫び声に応えるのですから、まさしく人命救助活動であると思っているのであり、

この活動は誰にでもできるもので、特別な行為ではないよと言いたいです。

全国の人が、こんな気持ちで周りの人に接して頂くことによって、自殺のない社会がつけられるのではないかなと思っております。

#### < 報告 2 : 自殺防止ネットワーク風 >

篠原鋭一 (自殺防止ネットワーク風 理事長)

私どもの活動は、現在のところ宗教者が自死を見つめている方々の苦悩をお聴きするという、そのあたりに焦点を当てて、宗教者が活動しているNPO法人と考えていただいて結構だと思います。

お手元の資料は若干古いものですが、現在は、日本で49カ寺、そしてハワイに1カ寺できましたので、今のところ50カ寺で、北海道から九州までそれぞれ窓口をつくりまして日夜相談をお受けしております。

私の場合は24時間体制でやっておりますけれど、50カ寺すべてが24時間対応というわけではなく、それぞれの窓口の実情に合わせて、対応させてもらっています。なかには面談、つまり電話では受けないでお会いしてお話を聴くことだけのところもありますし、電話相談と面談と両方のところもあります。携帯でお受けになっているところもある。時間も24時間体制もあれば、月・水・金であるとか10時から4時までとかのようなかたちのところもあります。ともかくそれぞれが工夫をしながら取り組んでいます。

ともかく現場を提供して、そこで心の中に長く居座っている苦悩を時間の許す限りお聴きするというのを大切にしています。一番長くお話を聴いた事例では15時間というのがあります。私も11時間話を聞き続けたこともありました。

私も、若い頃、精神科あるいは心療内科の先生からご指導いただきましたが、精神科とか心療内科という医療行為ではなくて、誰かがゆっくりと、長い間心に居座っている苦悩を聴いてくだされば、その方の苦悩というのは半減する。なにもうつ症状だとか、うつ病だとか診断する必要はない。ともかく長年の苦悩が居座っているがために、その苦しみが続いている。そこから出てくる人生に対する様々な不安、孤独であり、孤立しているという不安をきちんと聴いてくれる存在が大切なのだということを教えて頂きました。

それで私は、ともかく話をじっくりとお聴きする活動をもう20年間続けております。リピーターの方も含めまして、おそらく1万人近くの方々とお話していると思います。

実は昨日、この50のお寺の窓口の代表達が集まりまして、それぞれの現場の苦悩などをあからさまに話し合いました。やっぱり現場には現場ならではの苦悩というものがございませぬ。とりわけ最近感じますのは、相談に来た人達の生活を支援するシェルターの必要性です。このシェルターをどう受け止めるかということになりましようけれども、まず話を聴いて、そこからシェルターへ移行するということが非常に困難を伴うテーマであるということ、昨日も数十人の窓口スタッフと話し合ったわけですが、まだまだシェルター的な仕組みは育っていません。

NHKさんが、今年の1月でしたか、無縁社会という言葉で番組をお作りになった。その後も同じテーマで放映されていますが、果たして私達の社会は無縁社会なのだろうか、とい

うことを感じています。どんなにお一人でひっそりと亡くなったお年寄りであっても、どなたか縁があったわけなのです。完全に縁のなかった人なんていない。ですから、「無縁社会」ではなく、「無縁化社会」と捉えるべきだと私は思っております。

もっと突っ込んでいきますと、孤立社会を作ったところに問題がある。「孤独」ではなく「孤立」なんですね。この話をしていると時間が足りませんが、今の社会は「孤立社会」と受け止めていただきたいんです。孤独でも無縁でもない。その孤立している方々に、私が友達になりましょうと寄りそっていく。私達はこうして会っているのだからもう友達じゃないですかと伝える。そうした言葉によって、孤立という思いから解放していく。対話あるいは電話での話し合いというものが、そうした孤立の解放を促し、自死を防止することにたいへん役に立つということは言えるのではなかろうかと、私は体験から思います。

医療関係者からもそのような指摘を受けております。そういう意味で、できれば、各都道府県に2か所から3か所、だれもが相談に行けるような場所が開設されることを願いながら続けているわけです。最近では、キリスト教系の牧師さんや神父さんなど、他の宗教の方も参加していただける動きもあり、今後は宗教を超えて全国津々浦々にそうした窓口が広がっていけばありがたいと思っています。

最後に、ぜひお分りいただきたいのは、「自殺」と「自死」というのは違うということです。私たちは自死と呼んでおります。自分がまさかこういう苦悩を背負うとは思わなかった苦悩を背負ってしまい、結局耐えられなくなってしまって、孤立という状態になる。孤立というのは、自分と自分以外の人間関係が切れることです。そうなった人は、自分はもう消えてもいいですよ、消えたいですといます。この孤立ということを一いつ頭に置いておいていただきたいということと、そこまで追い込まれる原因とは何かということです。

原因は、自己責任ではなくて、我々日本人がつくってしまったこの社会です。この社会がつくった社会的構造からくる苦悩によって追い詰められた人々が、時には自ら自死を実行される。あるいは未遂、あるいは東尋坊の茂さんの所や私達の窓口へお出でになる。

そこで私は、さらに申し上げておきたいんですが、茂さんのところへ行く方々を、その前に私達は止めたいということなんです。茂さんのところに行く前に、私達のところで話をし、苦悩を全部吐き出してもらって、それによって茂さんのところまで足を運ぶことがないような状態をつくりたい、これが私達ネットワーク風の願いであると思っております。

### < 報告3：白浜レスキューネットワーク >

森崎雅好（高野山大学助教、雅宝庵主）

私が参加している「白浜レスキューネットワーク」もひとつのシェルターのモデルをつくっているのかなと思い、ご参考にしていただければと思ってお話しさせていただきます。

私たちが活動している白浜町の三段壁も、茂さんたちが活動している東尋坊と同じように崖になっていまして、年間保護をされる方が100名を超えています。実際に亡くなられる方も昨年ですと十数名おられます。

その崖のところ、もう一度思い直してください、という看板があって電話もあるのですが、そこから電話がかかってくるんですね。また茂さんたちと同じように、私たちもパトロールして、気になる方には声をかけさせてもらっています。

保護した後に、帰る場所がある方は帰宅される方もいますし、実際私が保護した方も何名かは、家にやっぱり帰りますと帰られた方もいらっしゃいますが、実はどこにも帰るところがない人が多いんです。そういう人たちには、「衣・食・住の最低限のレベルの保証は必ずします」ということと、「いつまでもとりあえずいていいから」ということを一番最初にお伝えしています。実際には、白浜レスキューネットワークが借りている共同住宅や理事長の藤藪先生の教会などで、とりあえずは共同生活をしていただくようにしています。

ここに来る人たちのお話を聞いていると、先程お話が出ていたように、明らかに社会構造が原因だろうと思われる方が大半ですね。職を失ってしまう、それで一生懸命に就職活動をして、再就職できる時代ではないんです。特に40代の方とか50代の方とかは難しい。努力しても努力しても、仕事がなく、そのうち持ち金がなくなってきた、ここにやってくる。さきほど茂さんとお話ししておりましたが、茂さんのところと同じで、みんな片道切符で来る。お金はもう白浜に来るだけしか残っていないのです。ですから、もう帰れないんですね。

で、私も2～3時間お話をお聴きしますけれども、崖の上に何回も立った。でもやっぱり怖くて、足がすくんで、5～6時間ずっと何回もうろうろして、結局一晩中いました、という方もいます。その怖くなって足がすくむところが、とても大切な一線なんだろうと思います。そこでどう誰かが気づいてやることは大切です。そこで思いとどまった人は、電話を見つけて保護の電話をかけてくる。私たちと会うと、ようやく落ち着いたとおっしゃるのです。

保護した後、そこから、どのようなかたちで支援していくかということ白浜レスキューネットワークは考え、活動させていただいているのですけれども、ここで休養した後に、自立される方もいらっしゃいます。近くにハローワーク（職業安定所）がありますので、そこに通いながら職を探したり、アルバイトをしてお金を貯めて自立するという方もおられます。

しかし、たとえば、高齢で仕事もなかなか難しい、ご家族との関係を失ってしまい、どこにも戻ることができないような場合、そう簡単に自立できない場合もあります。そうした人たちが集まって新たな共同生活をおくられるような施設を立ち上げようかという話もあります。しかし、そうした施設は金銭的にも、また運営的にも難しいですし、人間というのはある面では、仕事があるからこそ自己を保っていられるという部分もある。

それで、白浜では、おからクッキーというのを自分たちでつくって、売り出していこうという活動を始めました。週に何回か、みんな一緒に作業して、私も作っていますけれども、おからのクッキーを焼いて販売し始めています。今後は販売に力を入れましょうという話になっているんですが、まあそういう仕事をつくっていかないといけないと考えています。

社会とか国というのは、仕事をつくり出すという役割があると思うのですが、いま仕事はどんどん縮小している。そうしたことも、私たちのところにやってくる人が増えている原因ではないかと私は思っております。

再出発として必要なのは、心の問題もあります。私は僧侶もしておりますが、臨床心理士でもあります。それで、心理面での支援もできるかなと思って、いま模索しています。それでお話をよく聴くようにしています。なかにはちょっと考え方が硬い人もいますが、生い立

ちからお話をお伺いしていくと、家庭生活がものすごく辛い状況にあるとか、人間関係を上手につくってこられなかったとか、いろいろなことが出てきます。そのへんをじっくり聴きながら、一緒に人生を考え直していくという人も私は必要だろうなと思っております。

お話をお伺いしていて気がついたんですけども、ちょっとした支えがあれば立ち直れる、そういう「グレーゾーンの人」が多い。借金にしても、趣味が高じてちょっと借金したのがきっかけで、相談相手もないまま、ずるずる深入りしてしまったとか、そういう人の場合、その方の生き方とか価値観を、寄り添いながら一緒に考えていけるとええかなというふうになんか今考えております。

ところで、シェルター活動をしていると、解決しなければいけない現実的な問題はいっぱい出てくるんですね。職を失われて、ご家族の関係も全て断ち切って、何もなく身一つで白浜に来られた方は、住民票もないのです。住民票がなければまず仕事を得られない、運転免許証がなかったら、免許がある仕事はできない、銀行口座もが開けないとか、現実的な問題がたくさんあるんですね。

また、もし借金があってその清算をどうするかといった場合には、弁護士さんの力も必要です。シェルターをつかっていくうえでは、そうしたさまざまな専門家や関係諸機関としっかり連携していかなければならない。いろいろな人たちの力が必要になってくる。

ですから、ぜひこういう活動が繋がって行って、関係機関も含めて、みんなの力を出し合って支え合うシステムができるとええなあと思ってお話しをさせていただきました。

#### < 報告4：ユース・サポート・センター・友懇塾 >

井内清満（ユース・サポート・センター・友懇塾理事）

私は千葉県千葉市でNPO法人友懇塾を設立し「非行少年の立直り支援活動」を主に活動しています。私のやっている活動は、警察に逮捕、補導された少年が家裁に送致された結審後の立直り支援や少年や保護者からの相談活動です。その中で、非行少年の立直り活動支援から見えるものはたくさんあります。私は電話相談で受けていますが、私にかかってくる電話は、ほとんどがもう切羽詰まったところまでの方からのものです。そういう相談を、24時間相談というかたちで受けております。お風呂に入っている以外は、携帯電話のレシーバーを外さないという状況で、いつでもどこでも駆けつけるかたちを持っております。

そういう中で、私は子どもたちが悩んだり、あるいは母親が苦しんだりしているのを目の当たりにしています。そうしたなかから多くのことが見えてきますが、一番重要なのは、人の話をよく聴いてあげるといふ大人が少ないということです。これが一番大きな問題だと私は思っています。大人というのは話をきちんと聴くよりも、つい「説教」してしまう、ということですね。

自殺を考えている子どもからも、私のところには月にだいたい2名くらいの少年から電話がかかってくる。そういう電話を受けたら、私はまずその子どもの所に行く様になっています。しかし行っても、私から何にも話をするとはしません。なぜかという、聴いてあげることの重要性をものすごくわかっているからです。言いたいことを何でもいいから話させて、それを黙って聴いてあげてあげることが、ものすごく大事なことなのです。私はこのことを経験の中から学ばせていただきました。

なぜ、子どもたちは、学校の先生に悩みを相談ことを打ち明けできないのか。たとえば、中学生や高校生であれば、学校に行って先生に訊いたらどうか、先生に悩みについて訊いてみたらどうかって訊くと、先生に話をしても先生はまじめに話を聴いてくれない、すごく軽く考えられてしまう、ということをよく子どもたちは言います。学校にはスクール・カウンセラーがいますがそういう先生のいる場所には実際にはだれも行けなくなる、ある学校では物置になってしまっているという事実もあるのです。なぜかという、そこに相談に行くと、あの子は頭がおかしいんだよ、っていうようなことを子どもたちは平気で言ってしまう。そういうところで、いくらスクール・カウンセラーの場所はここですよって言っても、なかなかそこに相談に行く勇気がでないのが実情です。

では、子どもが行くところはどこかっていうと保健室です。保健室であれば、誰もそういうことは言わない。頭が痛いとか、体がだるいとか言っていればそれで済むということで、逃げ場をそういう所にもって行ってしまふ。本当の悩みの相談は学校ではできない。しかも、お父さんやお母さんと問題を起こしている場合が多いから、お父さんお母さんにもまともに相談ができなくなってしまう。このように、様々な経過を経ながら、子どもたちは誰にも相談できなくなってしまうということになってしまふ。

そのような環境を崩せばいいのでしょうけれど、実際子どもには難しい。そして、ぎりぎりになった状況で、私のほうに電話がかかってくるのです。「おじさん、楽に死ねる方法はないですか？」っていう電話がかかってくる時があるんですね。僕はそんなとき、いろんな話をしながら、「今どこ？」って訊くと、「今どこそこにいる」と話してくれる。「うん、わかった。じゃ、今からそこに行くよ」「うそ!?!」「どうして?」「だってそこから遠い」、通常このような会話になります。実際に遠いことが多いのも事実で。片道1時間半とか2時間とかかけていくことも多いんですが、それぐらいの時間をかけていっても、私は医師でも何でもありませんから、治療も何にもできません。「そんなに悩んでいたのか」ってただ聴いてあげるだけです。そうして、だいたい2時間や3時間くらい話していくと、「おじさん、もう家に帰ってもいいよ、もう大丈夫」というようなことを言いだすんです。子どもの場合はほとんどそうです。

それでこんどは大人の場合ですけれど、大人の場合はほとんどが鬱(うつ)で薬を飲んでいる方が多いんですね。しかし、鬱になっているお母さんを誰も近くで助けようとしていないし相談できるような環境にないのが実情です。多くの場合、お父さんとあまり仲がよくありませんから、お父さんに相談するわけにいかない、地域とのコミュニケーションも得意でないので相談することもできない、ますます自分も鬱に入ってしまう。しかも働かなければいけないのです。そういう環境の中で、子どもの非行問題をどこか専門の相談施設に行こうとしても難しいのです。9時から17時、お母さんがパートから家に帰ってきて、料理を作ってやっと落ち着いた、相談をしましようといった時には、相談するところは全部閉まっている。そうして、インターネットなどでいろいろ調べて、私のところに電話がかかってくる。電話で話していくと、多くの方が、「私の話を初めて聴いてくれる人がいた」と言ってくれる。ともかく、今の時代、話を聞いてあげる余裕が大人にはない。そこが一番の問題だと思います。

私が活動を通して感じていることや、私の関わり方などは資料に書いていますので、それを見ただけであれば、だいたい、あーそうなのかなということが理解していただけたらと思います。

## < 報告5：自由と生存の家 >

菊池 謙（自由と生存の家実行委員会）

「自由と生存の家」の実行委員会から来ました菊池と申します。私共の活動をご報告させていただきます。

私たちは、もともと「フリーター全般労働組合」という、聴き慣れない名前かもしれませんが、いわゆる非正規の人たちの労働組合の活動を、2006年くらいからやってきました。主に20～40代の方が中心に、当初は数が非常に少なかったんですが、いまは200人くらいの組合員で活動しております。

解雇や賃金の未払いなどの相談を受けて、解決するということが中心ですが、その中で、住宅の問題、住むところの問題というのが出てきました。特に首都圏でいいますと、住むところの家賃が非常に高いというのが大きな問題で、いくらがんばって働いても、収入の半分が家賃で持っていかれるということがあるわけです。それで一旦仕事を失うとアパート代が払えず、という状況になってしまう。そこで、何とか自分たちで家を確保し、住み続けられる、生きていける条件をつくっていかうじゃないかということで、「住宅部会」を作りました。

そんなことを2008年の夏くらいからやっていたんですが、ちょうどその秋に、リーマンショックが起こり、年末には、年越し派遣村というような活動が起こってきた。そして、いわゆるワーキングプアという問題が注目されるのと同時に、ハウジングプア、住むところがなくなる人たちの問題が非常に注目されるようになりました。

私たちは、当初、組合員が住むところをなんとか確保しようということで始めたんですが、そうした状況の中で、現実に住むところがなくてどうしようもないという相談がたくさん来だしました。それで、これはちょっと急いでやらないといけないということで、慌てて2009年2月から、自分たちでアパートを確保するという活動を開始しました。

たまたま、都心の四谷三丁目駅のすぐ近く、歩いて1分くらいのところに、地上げに失敗して塩漬けになっているすごく古いボロボロのアパートを不動産屋さんから紹介していただいて、そこを自分たちで改装して住めるようにしようということでスタートしました。

ただ、お金がありませんので、みなさんからカンパを募って、それでやろうということだったんですが、素人の浅はかさで何も考えずに始めてしまったので、ものすごい労力と時間がかかって、半年くらいかけてようやく人が住めるようになったという感じです。

現在16室を使っていますが、そこがもうほぼ一杯になっている状態です。派遣切りの動きは、2009年の初頭がピークでしたが、ものすごい数の人が全国で仕事を失いました。その中で私たちのところに相談にきた人たちの一部がこの「自由と生存の家」に入っていたことになったわけです。

私たちはそれをシェルターとしてではなく、住むところを作ろうと思って始めました。結果として、派遣切りに遭った人も住むことになったのですが、あくまでも住宅として考えています。

実際は住み始めてからの方がいろいろ問題が出てきました。先ほども話がありましたが、特に40代以降になると、仕事を見つけて再起をめざそうと思っても、仕事が見つからない、東京のど真ん中でもなかなか仕事って見つからないものなんですね。しかもそういうかたちで、相談に来る時は、手持ちが1000円だとかみたいな人も多い。まわりに頼れる「当て」がほとんどないわけですね、その上、病気など様々な問題も重なっていて、非常に難しい問

題があるということがわかりました。

それで現在は、「働く場を自分たちでつくろうじゃないか」という活動をやり始めています。とにかく何かやろうと、都心のど真ん中で「野菜市」というのをとりあえず始めました。有機農業をやっている知り合いの農家のグループと連絡を取って野菜を仕入れて、2009年11月から月1回、アパートの前の庭で、狭いところなんですけれども、そこで売るということを始めています。また、大手生協のグループに協力していただけることになって、野菜をもう少し仕入れられるようになり、現在は、月2回、第2・第4日曜日に野菜市を開催しています。もちろんそれだけで、生活できる収入にはなりません、なんとかもう少し本格的に仕事としてやっていけるようにできないかと相談をしているところです。

こうやっているいろいろな活動をしていると、さらに住みたいという人が出てきているんですが、「自由と生存の家」はもう満室で新しい人を入れられない。それで、2軒目、3軒目をやらないかと呼びかけ、準備をしているところです。

実は、2軒目をやるということで、具体的に物件まで決めるところまでいったのです、最終的に大家さんとの関係で借りることができなくなってしまったので、今、物件を探している最中です。

住むところの問題は実は非常に深刻です。私たちも生活保護の取得を支援したり、住宅手当の取得を支援したりする活動にも取り組んでいますが、住むところがないとそれもできません。しかし住宅を借りようとしても、保証人がないと貸してくれないということは沢山ありますし、保証人ではなくて保証会社を通せということも沢山あるんです。ただ、保証人を立てられず保証会社の審査も通らないこともあり、どうしたらいいのかが問題です。

東京では「もやい」という有名なNPOが活動していますけれど、地方では何にもないのが実態でないかと思っています。私は福山さんと同じつくば市というところに住んでいますが、茨城県はそんなものまったくない。実際そういうところで相談を受けたとき、どうにもならないことも多く、茨城でもそういう家をつくらないといけなかな、と思っているところです。

#### <報告6：隣人祭り>

一条真也（作家：株式会社サンレー代表取締役社長）

私は福岡の小倉を本社にして、各地で結婚式場とかお葬式、冠婚葬祭の仕事をやっております。会社以外でも、本を書いたり、いろいろな分野で活動したりしています。

そうしたなかで、私が一貫して言っているのは、「死は不幸なできごとではない」ということです。私は、不幸より幸福に関心があって、人間が幸福になるにはどうしたらいいのかということをもいつも思っているのですが、そこで一つ引っかけたのは、日本人は人が亡くなったら「不幸があった」という。このことがとても気になっています。死なない人はいまませんから、もし死が不幸なら、最後は必ず不幸で終わってしまう、そうであれば、人間というのは最初から負け戦に出ているのと同じだということになる。人間の死を「不幸」とは言わない社会をつくらなければいけないということをもずっと思っております。

死は最大の平等だと思っているんですが、自殺、孤独死、そして無縁死、生き倒れ、そういうことはどう考えても平等であるとは思えません。それでなんとかこういうことなくそうと活動しております。その中でも孤独死を無くすということで、運動として「隣人祭り」と

いうのをやっているんですけれども、これも広い意味で自殺のない社会づくりにもつながっていると思っています。

「隣人祭り」というのは、フランスのパリで1999年に始まりました。始めたのはアパートに住んでいたある青年です。彼のお隣に住んでいたお婆さんが亡くなってから2か月経って発見されたんですね。変わり果てた姿で。その青年は非常にショックを受けたんです。なんでショックを受けたかという、隣に住んでいた人が死んでいたということがショックです。しかも2か月も経って変わり果てた姿で発見されたのもショックです。

しかし、一番ショックだったのは、何年も隣同士に生活しながら、その青年はそのお婆さんと一言も会話をしたことがなかったんですね。それで非常に反省をしたっていうか、人間としてこういうことでいいのかと悔いた。それが契機になって、その青年が呼びかけて、アパートの住民に集まってもらって食事会を開いたんです。そこで一人ひとりが自己紹介しあって、つながりを育てました。といったことで、フランスの孤独死が一気に減っていったという運動になっていったのです。

最初は本当に少ない集まりだったんですが、10年かけて、今では29カ国に広がり、すでに800万人が参加しています。要するに近隣の人が集まっての食事会です。それが今ではEUも正式に支援していつ活動になっています。

2008年に日本にも入ってきたんです。新宿のほうでも2回ほど開かれたんですが、その翌年、私も福岡のほうでも隣人祭りを開いたんです。私は北九州市に住んでいるのですが、北九州市も孤独死が多いところです。そこで、食事会して、お年寄り、特に一人暮らしのお年寄りが多いので、声をかけさせてもらって、一人ひとり紹介してもらおうわけです。

それによってつながりが非常に増えていく。そして生きがいも生まれてくる。先程、孤独というより孤立が問題だというお話がありましたが、私も本当にそう思うんです。

今、菅首相が「最小不幸社会」といっていますが、これだけ自殺が増えている日本は、最大の不幸社会に向かって一直線じゃないかと思います。

いつも思うんですが、人間の心というのはいつもふわふわ不安に動いていると思うんです。お正月に揚げる凧と同じで、うまく空中泳いでいく必要がある。それには糸が必要だと思うんです。まず、縦糸が必要。これは血縁ですね。ご先祖様と一緒に生きているというそういう意識。それが縦糸です。しかし、強風が横から吹いてくるとくるくる回ってしまう。できたらもう一本横糸を張る。それは隣人、地域の縁。この横糸を張ると、安定して宙に心がいられると思うんです。

私は本業のほうで、血縁づくりもやっていますので、地縁づくりのほうにも取り組み、壊れてきている地縁社会を再生をしたいと思うんです。

最近「無縁社会」というのが非常に大きなキーワードになってきました。先日のNHKの特集番組でも取り上げられていましたが、「無縁社会です、あなたどうしますか」みたいな不安を煽って終わったような気もするんです。やはり「有縁社会」をつくらなければいけない。

湯浅誠さんが、血縁、地縁も崩壊しているから、新しい縁をつくらないといけないと言われましたけれど、それもそうでしょうが、それとともに、いま崩れかかっている、血縁、地縁を日本中にもう一回再生する必要があると思っています。

私たちは、そのために、七五三とか高齢者の長寿祝いとか、花見とか雪見とか月見とか、

そういった年中行事とあわせて「隣人祭り」を年間300回以上開催しております。こういう波が広がって一人ぼっちの人がいないようにしたい。

私は、冠婚葬祭、お葬式の仕事をしていますが、「おくりびと」とっていう映画がヒットしましたけれども、おくりびとってというのは、葬儀社の社員の意味ではないんですね、本当の意味でのおくりびとってというのは、納棺師ではなく、お葬式に来てくれて故人を送ってくれる「参列者」という意味なんですね。

私もお葬式に立ち合いますが、時々、一人も来ないお葬式があります。孤独葬と私は言っているんですが、こんなにかわいそうなことはない。その人もいろんな縁のなかで生きてきたはずですが、最後に誰も見送ってくれないんだったら、何のために生まれて、何のために生きてきたんだろうと私はいつも思うんです。

一人でも多くのおくりびとを得るためにも、そして生き生きと生きていくためにも、私は高齢者の方々、そして一人で暮らしている方々にですね、一人でも多くの友人を紹介していきたいと思っています。

<司会>

福山なおみ

6人の方から、それぞれ実践的な活動についてお話と提言をいただきました。

茂幸雄さんは、岩場での人命救助の活動を通して確信された「寄り添う」「支える」「夢をつなぐことの大切さ」を訴えられました。人間が生きていくうえで、どのような生活の場においても大事なことであり、誰もができることではないかと実感いたしました。

篠原さんは、宗教者の立場から、「自死を見つめている人たちの苦悩にひたすら真剣にこころを傾けて聴くことの大切さ」が語られました。そして、茂さんの所に行かなくてもいいように、相談に来られた人たちの生活を支援するシェルターの必要性を挙げられました。

森崎さんは、再出発に必要な「個人内の生き方の問い直し」と「よき人間関係を築く力」を話され、それぞれの人がある場所ですることを、やっていこうという投げかけがありました。自分には何ができるのだろうかを考え行動することが求められているように思います。

井内さんは、非行少年の立ち直りを支援しておられ、彼らとの出会いの中で、「人(少年)の話聴く大人がいない」ことを憂いておられました。人間は人間の中で育まれるものですが、次世代を生きる彼らとの日常的なつながりの大切さを語られました。

菊池さんは、自由と生存の家をシェルターとしてではなく、住むところを作つことを目的に始められたといいます。そして、再起は難しい中で、働く場を自分たちでつくろうと、野菜市などを開き仕事づくりの強化をめざすところに、汗をかきながら懸命に生きる姿があります。

一条さんからは、人間のこころの不安さを正月に揚げる風にならべてお話がありました。うまく生きるにはご先祖様に支えられ生きている意識の縦糸(血縁)とストレスフルな風よけに必要な横糸(隣人、地域の縁)が必要であること。そうした「有縁社会」を目指した隣人祭りを提唱されました。

シェルターは、こうしたさまざまな暮らしの場に存在し、人はその中に『安心できるこころの居場所』を求めて(あるいは見つけて)生きているのではないかと思います。大きなこころの絆を実感しました。報告者のみなさん、大変貴重な活動をお話くださりましてありがとうございました。

これまで、国内におけるシェルター活動についてお話をいただきましたが、本日ここに、海外にシェルターを求めて再出発しようと思っている方がおられます。仮名でヨルダさんといいます。茂さんの活動に共感された海外在住の方が、申し出てくださり、夢の実現につながったのだそうです。

ではヨルダさん（仮名）お話しいただけますでしょうか。

<事例7：海外からのシェルター提供>  
ヨルダ・テツヤ（仮名：自殺未遂者）

私はヨルダ・テツヤと申します。現在35歳です。

私は2001年に大学を卒業しましたが、当時は就職氷河期で、就職活動に失敗し、人並みに社会に出ることができず、ガードマンのアルバイトなどをしながら、なんとか食いつないできました。しかし、その仕事すら失い途方に暮れ、自殺を考えて東尋坊に来ました。そこでNPO法人心に響く文集・編集局の茂幸雄さんたちに助けられ、人生の再出発をはかるべく現在茂さんたちの提供してくださったシェルターで生活しております。

シェルターには現在、私を含めて2人で共同生活を送っております。もう一人の方は仮にAさんとしておきますが、Aさんはとても料理が上手で、カレーライスや鍋ものを作っては、私にもご馳走してくれます。そこで2人で食事をしながら、お互いの悩み事や、今後の人生をどう進むべきかについて話し合ったりしております。

私たちにとって必要なシェルターとは、単に物理的に雨風がしのげればよいという一時的なねぐらではなく、同じ境遇や悩みを抱えた者同士が、共同生活を送ることによって、ともに励まし、支え合いながら人生の再出発を目指す仕組みです。シェルターとはそういう場所であるべきだと思っております。

私は、11月中旬に、米国メリーランド州に住む日系アメリカ人の方が用意してくれたシェルターに3か月ほど、観光ビザでホームステイすることになりました。この日系アメリカ人の方は、茂幸雄さんの自殺防止活動などを海外のメディアを通じて知り、日本人の自殺者が年間3万人以上いることを憂いて、再出発の場所として、米国にシェルターを提供してくれました。

私は初めての海外生活なので、期待と不安が入り混じった心境ですが、知っている人は誰もいない、言葉も通じない文化に身を置き、自分自身の限界に挑戦することによって、また狭い日本を飛び出すことによって、グローバルな視点で物事を見ることによって、人生の再出発のヒントを得られるのではないかと思っております。そういう観点から、国内のみならず、海外にシェルターを求めることは非常に意義のあることだと思っております。

ありがとうございました。

司会  
福山なおみ

ヨルダさんありがとうございました。

ヨルダさんはこれからアメリカに出発するということで、ぜひ私たちも応援したいと思います。また次の機会に、その成果などもお聞かせいただけたらと思います。

それではこれで第1部を終わります。どうもありがとうございました。

## 映像報告：みんなのシェルター

### 大西 連（自殺のない社会づくりネットワーク・ささえあい）

「シェルター」というと何堅苦しいイメージがありますが、このフォーラムでは広い意味で考えようということで、開催に先立ち、「あなたのシェルター探しプロジェクト」に取り組みました。

自分自身がホッと安心できる場所。日常を忘れて楽しめること、癒されること。そういった、あらゆるものが「シェルター」になりえるのではないかと。また、そういった暮らしの中での「人と人とのつながり」、「ささえあい」を生んでいる場所やもの、仕組みや人を、みんなで見つけ、共有することが、自殺のない社会づくりを目指す「八チドリのひとしずく」のような、草の根の広がりを育てていくように思います。

そのプロジェクトのリーダーの大西さんから、パワーポイントを使って、「シェルター」の捉え方を広げてもらいました。

以下に、パワーポイントの一部を抜粋して掲載します（ホームページに全編を掲載）。

自殺のない社会づくりネットワーク  
ささえあい

# みんなが安心して暮らせる 「シェルター」を考える公開フォーラム

2010年11月5日午後1時～5時  
日本財団大会議室

## シェルターとは？

「安全（物理的）」をまもる

「安心（精神的）」をつむぐ

**「安全」と「安心」の両方が同じだけ大切**

「安全」と「安心」のバランスが大切  
「安全」だけでは私たちの「暮らし」は崩れてしまう

<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: 40px; margin: 0 auto;">安全</div> <div style="display: flex; justify-content: space-around; margin-top: 5px;"> <div style="border: 1px solid black; padding: 2px; width: 20px; margin: 0 auto;">住まい</div> <div style="border: 1px solid black; padding: 2px; width: 20px; margin: 0 auto;">お金</div> <div style="border: 1px solid black; padding: 2px; width: 20px; margin: 0 auto;">制度</div> </div>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: 40px; margin: 0 auto;">安心</div> <div style="display: flex; justify-content: space-around; margin-top: 5px;"> <div style="border: 1px solid black; padding: 2px; width: 20px; margin: 0 auto;">居場所</div> <div style="border: 1px solid black; padding: 2px; width: 20px; margin: 0 auto;">つながり</div> <div style="border: 1px solid black; padding: 2px; width: 20px; margin: 0 auto;">出会い</div> </div>
--	---

▲

## 「安心」できるシェルター事例

### NPO法人自立生活サポートセンター・もやいの活動

生活困窮者の相談・支援活動を行っているNPO自立生活サポートセンター・もやいでは、居場所づくりの活動にも力を入れています。




毎週土曜日、事務所を開放して、路上生活を経験した方々や地域住民の方々が気軽に立ち寄れる交流サロンを実施しているほか、元ホームレスの人たちによるフェアトレードコーヒーの自家焙煎にも取り組んでいます。こうした活動を通して、社会のつながりの再構築を行なっていきたいと考えています。

### 埼玉つながる交流会




生活保護を利用している人や求職中の人、他に様々な困難を抱えている人たちと、それを応援する人たちが社会的な立場も肩書きも抜きにして、一緒にわいわい過ごす時間です。月1回開催されています。



ささえあい・コムケアの活動

ささえあい

ささえあいでは、月一回誰でも参加できる交流会を行っています。普段、さまざまなアプローチから自殺の問題に取り組んでいる仲間とゆるやかなつながりのネットワークづくりを行っています。



コムケアの活動

コムケアでは、週一回誰でも参加できるサロンを行っています。社会におけるさまざまな問題に対して、ゆるやかな個人のネットワークと、地域・つながりといったキーワードをもとに取り組んでいます。

あなたの「マイシェルター」を  
教えてください

富士山

富士山を見ると故郷を思い出します。



高野山

秋の高野山です。紅葉がきれいでした。



石神井公園  
池の水面に四季の移ろいが映ります。散歩にはぴったりです！



雑木林

1haはある広々とした林で、人が歩かないので土がふかふかしている。ひとりベンチに座るお年寄りをよく見かける。鳥や虫のシェルターでもある。ここは、都の道路計画で失われることになっている。

我が家のアイドル  
毎朝新聞読んでます(笑)



大切な家族でした  
11年、一緒にいました。写真を見ると、いまでも側にいるような気がしてほっとします。



「コレジャナイロボ」、絶妙な偽物感、カッコ悪さを持つ「コレジャナイロボ」。このB級感が、僕を肯定してくれるのです。



地藏  
高野山で見つけました。



ダルマ  
つぶらな瞳に癒されます

地域のお寺での防災訓練  
長寿院でボランティアで行われた防災の炊き出しです。地域のみなさんが集まって一緒に取り組んでいます。



箸ピーゲーム

1分間に箸を使ってピーナツを隣の箱に何個移せるかを競います。右手と左手1回ずつ行います。みんなが一つになれるゲームです。



「シブヤ大学」

東京で知り合いができはじめたのは、シブヤ大学がきっかけ。会社を辞めるとき、ここできたとつながりが大きな心の支えになりました。

みんなで稲刈り  
東京の仲良しグループが静岡で稲刈り！大自然のなかで心も体もリフレッシュ。僕の大切な仲間です。



## みんなでシェルターを考えるワークショップ発表会

### ワークショップの趣旨と進め方

進行：佐藤 修（コミュニティケア活動支援センター 事務局長）

今回のフォーラムのテーマは、「みんなで安心して暮らせるシェルターを考える」ということです。前半の第1部では、このテーマにつながるようなさまざまな活動に実際に取り組まれている方たちからその活動を報告していただきました。

この第2部では、その報告を踏まえて、次の3つの問題を、参加者みんなでグループに分かれて話し合っていきたいと思います。

「私にとってのシェルターって何だろう」

「私はこんなシェルターがほしい」

「こんなことなら私もできそうだな／やりたい」

さまざまな立場の人が沢山集まっておりますので、お互いに学び合う場にしていただきたいと思います。せっかくの機会ですので、それぞれがぜひ自らの問題として考え、自らの言葉で、できれば一人称で語り合っただけいただけたらと思います。

話し合いが終わった後で、それぞれのグループから、どんな話し合いが合った環境を、企業楽に発表していただき、せっかくの機会ですので、話し合いの成果もできるだけ共有できたらと思っています。

### グループ単位の話し合い

それぞれのグループに、進行役が加わり、参加者が気持ちよく話し合えるような状況づくりに心がけました。



### 各グループからの発表

#### <グループ1>

私たちのグループは「シェルター」を、自分の感覚で考えてみることから始めました。そうした議論を通じて、自殺に思い至る人たちを思いとどませられるシェルターがイメージできるのではないかと考えたのです。そうした議論から、自分がほしいと思うシェルターのイメージや、自分たちができることの話に広がっていきました。

結局、人と人とのつながりが大切だという話になっていき、ご近所との付き合いをもう少し深めてみよう、家族とのつながりをもっと深めてみようというような話になりました。

また、仕事の仲間とのつながりももう少し深めることで、違ったことができるのではないかと。仕事の場でもその気になればできることはいろいろあり、シェルターという意識をもつことで、自分の行動が変わってきて、その場をシェルターにしていけるのではないかと

意見もできました。

私は子どもと関わる仕事を自宅でしているのですが、そのなかで、子どもあるいはその保護者たちと十二分にコミュニケーションすることによって、その仕事そのものを、ハコモノ的なシェルターではない、一種のシェルターにしていけるのではないかと気づかせてもらいました。シェルターという意識をちょっともつだけで、自分がやっていることの意味が変わってくる。そう感じる事ができたことは、私にはとても大きな成果でした。

とても充実した快適な時間を過ごせて、みなさんにお礼をいいたいです。

### <グループ2>

私たちのグループはいろいろな活動を実際に行っている人が多く、取り組む活動もさまざまですが、シェルターについては、「ありのままの自分でいられる場所」「無条件に自分の存在を受け入れてもらえる場所」「力を蓄えられる場所」「元気になれる場所」「パワーダウンした時にそれがあから元気になれるようなところ」というように、みんなどこかで通じていたように思います。

みなさんと話していて私が感じたのは、力を与えられて元気になるということは、自分にひとつの役割があるということではないかということです。

たとえばいま、私はこうやって発表する役割をみんなからもらいました。発表は大変ですが、こうやって話をさせてもらうと、それが自分の自信になったり、今までは気づかなかった何かが、それによって開花したりして、自信や元気につながっていくように思います。

この話し合いで、私はグループの人たちとつながることができたし、共有するものも持てました。そうしたことから元気をもらいました。本当に楽しい話し合いでした。そしてグループのみなさんから支えられているという実感も持てました。

ですから私にできることは、他の人につながろうとすること、そして実際につながって行くことなのだと思えました。まずは自分自身からそうしたいと思います。

ありがとうございました。

### <グループ3>

シェルターという言葉に、「逃げ場所」というようなマイナスのイメージがあるため、最初はどうも気持ちとして議論しにくいところがありました。しかし、話していくにつれて、次第に話しやすくなっていきました。

生きていくなかで、大事なことは「逃げること」ではなく「関わっていくこと」だろうと思います。人と関わりあうこと、コミュニケーションすること、集まってくる仲間が大切です。

しかし、仲間はよく働く場合も悪く働く場合もあります。たとえば先日起こった桐生市の小学生の自殺事件ですが、彼女には学校も家庭もありました。しかしいずれも、自分の話をきちんと聴いてくれる人がいなかった。仲間はいたのですが、彼女の話の話をきちんと聴いてくれる仲間はなかった。学校という組織も彼女にとっては生き場所ではなかったのです。

人との関わりは大事ですが、時として一人でいたいということもあります。一人でいられる場所も必要です。仲間もほしいが一人の時もほしい、人間ですからいろんな思いがあるのです。ですからこれが誰にとってもシェルターだということはない、人によって違います。

私は幼稚園に入った5歳の時、1年間、幼稚園では友だちとも先生とも一言も口を開きませんでした。なぜかと言うと、最初の日に何も話せなかったのです。それで翌日からもかっこ悪くて話せずに、それが1年続きました。

でも家に帰ると友だちも家族もいて、そこでは以前と同じように話せたのです。そのおかげで、幼稚園では誰とも話をしなくても、おかしくならずにごせたのです。もし私の世界が幼稚園だけだったら、私はやっていけなかったと思います。

幼稚園では話せないのに、家や近所では話せる、つまり、人は状況によって、上昇気流に乗ったり奈落の底に落ちたりするのです。ですからどこかに気楽に話せる場所があればいいのです。

だとしたら、私たちができることは、まずは話を聴くこと、あるいは声をかけることです。おはよう、ごめんね、といった簡単な言葉でいいのです。だれかにとって話せる場所をつくるのが大切です。ですから、私はこれから人に声をかける努力をしたいと思います。

このグループの人たちはみんなやさしい人ばかりで、とても話しやすかったです。ありがとうございました。

#### <グループ4>

マイシェルターという話では、旅行とか読書とか、あるいは最近はスカイプやインターネットを使って友だちと付きあうとか、そんな話が出ました。私は落ち込んだ時には本を読むと元気になる、それもマイシェルターになります。

人から質問されたり相談を受けたりすると気持ちが安らぐ、それが自分のシェルターかもしれないという人もいました。

どんなシェルターがほしいかということでは、自分が住んでいる地域にあったほうがいいのか、地域外がいいのか、という議論がありました。近くにあると便利だが、逆にみんな知っているために本音で話しにくい、むしろ少し離れたところのほうが良いという面もあります。ですから、選択肢がたくさんあることが大切だということになりました。

またひとつのシェルターにこだわるのではなく、もしそのシェルターがその人にぴったりしないような場合には、だれかが他にもこんなところがあるよなどと紹介してやれるような、シェルターのネットワーク的な仕組みがあるといいという話も出ました。複数のシェルターを持つことも大事かもしれません。

私ができることというところでは、まずは自分から相手を理解しようとするのが大事だという話になりました。私たちは多くの場合、相手から理解されたいと思いがちですが、相手にそれを期待するのはなかなか難しい。でも相手のことを理解しようとするのなら自分でできることです。そして相手を理解しようとするれば、相手もこちらを理解してくれるようになるという話が出ました。

このグループには民間で実際に活動している人と行政の立場の人がいましたが、民間の人からは行政との関わり方が難しいという話が出ました。ボランティアが行政に行ってもなかなか話を聴いてもらえない。そういうことをどう解決していくかも、これからの課題だと思います。

いろんなことに関わっていると優先順序をどうつけるかが難しくなってきます。そうした場合、活動の選択の順序を見失うなという話も出ました。

#### <グループ5>

私たちのグループは、話しているうちにみんな自分のことを話せるようになり、いろんなアイデアも出てきました。

最初に、それぞれのマイシェルターを話してもらいました。仲間、家族、自然、お酒、趣味や仕事の仲間、などいろいろでました。結局、シェルターとは気持ちの置き場所なのでは

ないかという話も出ました。気持ちを持っているだけで安らく。その人の気持ちの置き場所がシェルターなのではないかという話です。存在しているだけでいい場所がシェルターではないかという人もいました。

同じ課題をもつ人が集まり、お互いに分かちあえる場がシェルターではないかと言う人もいました。また、人のぬくもりのある場所。行政ではなかなかそういうものはつくれないが、それこそがシェルターと考える人もいました。

盆栽、お花、犬など、何かを育てるというのもシェルターではないかという話も出ました。

また、自分たちが向かっている方向は間違っていないという気持ちを自分が持っていることがマイシェルターだという人がいて、私はとても感動しました。

こんなシェルターがほしいということでは、生活空間の中にシェルターがあったらいいという人がいて、その人は明日から挨拶運動をすることにしたそうです。まずは自分から顔を見て人と話していくことが大切だということです。

民生委員の方は、訪問回数を増やすとか、いろいろとその人のことを訊けるような間柄を育てるように、ぜひ明日からやってみたいと話されました。

しかし、シェルターを考える場合、やはり「安全安心」は外せないし、大切だと、自分の体験から話してくれた人もいます。本来の意味でのシェルター、避難する場所もやはりしっかりとつくっていかねばいけません。

出していただきました。

シェルターとして重要なことは「開いて守る」ということだという意見も出ました。開くんだけど、みんなで知恵を出し合って、外部から守っていくというのは、人間の力でしかできないのではないかと、自分たちの地域や場所を開きながら守っていくことがどこまでできるか、これが次に向かっていくシェルターなのではないかと思います。

最後に、課題も出てきました。子どもたちにこれからの社会をどう残していくか、どう伝えていくかは、今の社会をつくってきた私たちの責任です。答は一つである強いてきた社会、ともかくすべてを合理的にする社会をつくってきた私たちの責任として、今の社会の問題に気づいてもらう、あるいはそれを変えていく種まきをしていくことが必要だという意見も出ました。

昔は良かった、昔はこうだったと言うだけではなく、温故知新、つまりつながりのあった昔を思い出すだけではなく、その良さを現状に合ったものにしていくことが必要なのではないか、という話になりました。

とても幅広い話ができたとと思います。

## <グループ6>

私にとってのシェルターに関しては、いまから将来に向かって努力していくことが、幸せにつながるという確信の持てる環境づくりが大事だということになりました。

具体的には、趣味などに集中するとか、好きなことをやっている時がシェルター、話せる友人を持つ、相談できる友人を持つことがシェルター、安心ができるということがシェルターの大切な要素などといった話が出て、結局、心のシェルター、形のないものではないかという話が多くでました。

こんなシェルターがほしいということでは、どうしても経済とか利便性も影響してきます。特に経済面を考えたとき、無料ということが重要です。しかし、無料であれば良い訳ではない。たとえば行政にはいろんな無料相談の仕組みがあって、こんなことをやっているとき大きく宣伝もしていますが、実際にそうした場所に行ってみると、対応が悪くたらいまわしにさ

れることも多い。もっと責任を持った対応をしてもらいたいという話が出ました。

今日のフォーラムにもたくさんの方が参加していますが、今日、参加した人たちが、それぞれの地域に戻って、役所に対してもっと責任を持った対応をしてほしいと働きかけることも効果があると思います。一人で言ってもなかなか聞いてもらえませんので、そうしたことをみんなで、機会あるごとに言っていくことも大切だと思います。

一人でいたいときに一人でいられるということもひとつのシェルターです、あるいは外国の生活を取り入れることも大切だという話も出ました。特にドイツの生活が良い見本になるという話もありました。

こんなことならできるということでは、困った話をとことん聴いてあげる、出会いを大切に、あるいは連携、ということが出されました。今日のこの集まりもそういう意味ではシェルターだと思いますが、こうした場を活用しながら、そうしたつながりを増やしていきたいと思います。

### <グループ7>

私にとってのシェルターということでは、複数の人からバーだという意見が出ました。特に歌舞伎町のバーがお薦めだそうです。まっとうでない人生に触れることのできる貴重な場所だそうです、関心のある人にはお薦めの所を教えてもらえるそうなので声をかけてください。

友だちや知り合いが多いまち（地域社会）というのがシェルターの役割を果たしているのではないかという意見もありました、地域に限らず、会社勤めをしている人にとっては、気の合う同僚や職場の仲間がシェルター的な役割を果たしているという「社縁」も話題になりました。

最近社縁が人間関係の大きな比率を占めている人も多いですが、これからは社縁だけではなく、分散投資の発想で、いろんな人との付き合いを広げていくことが必要だという意見もありました。

バーはお金がかかりますが、こうした気の合う人とのつながりはお金がなくともできますので、そういうシェルターのほうがいいかもしれません。心のケアができるシェルター、コーチングを活用したシェルターなど、新しいシェルターのアイデアもいろいろと出てきました。

これなら自分でもできるという話では、シェルターを利用する人などの相手に、自分にできることはここまでだということをきちんと伝えることが大切だという話がありました。

本来、家族がシェルターになってほしいが、家族が安全なシェルターにはなっていない場合はどうするか、その話もいろいろと出ましたが、そのなかで、自殺未遂を繰り返してしまう人たちに対する年越し対策というのを考えているという具体的な報告もありました。

私は、このフォーラムに参加して、とても貴重な話を聞かせてもらいましたが、シェルターというのを肩肘を張って作っていかうと考えがちですが、自分にとって快適なところでなければ、誰にとっても快適なところにはならない。シェルターはバーであるということとは、そこが自分にとって快適なところだからです。自分にとって快適なところはどこかということから考えていくことが大切ではないかと気づかされました。

今日のこの話し合いの場は、私にとってはとても快適な場所でした。ありがとうございました。

## 感想的コメント

<佐藤 修：コミュニティケア活動支援センター 事務局長>

皆さんの報告をお聞きして、みなさんがとてもいい時間を過ごしてくださったことが伝わってきて、このフォーラムを企画した実行委員の一人として、とてもうれしいです。皆さんもたくさんの元気をお互いにもらいあったのではないかと思います。

最後に、私からも一言だけお話をさせていただきたいと思います。

ただいまの発表からも、それぞれのグループでさまざまな意見が出ていたことが伝わってきましたが、みなさんもたくさんの気づきを得たのではないかと思います。

最初にお話しましたが、今日のフォーラムはさまざまな立場の人たちが、それぞれのことごとくを提供しながら、実現しました。さらに今日は、参加者の皆さん全員が支えあいながら会場を盛り上げてくださいました。ですから、今日のこのフォーラムも、ある意味でのシェルターだったのではないかと思います。

最近、無縁社会という言葉がよく使われるようになりました。私はそのことをとても残念に思います。たしかに、一見、無縁社会であるように感じさせる事件は少なくありません。しかし、本当に無縁社会と言っていいのでしょうか。言葉は現実を説明すると同時に、新たな現実をつくりだします。そこに大きな懸念を感じています。

人は一人では生きられません。見えなくても、気づかなくても、様々なものに支えられて、私たちは生きています。最初の映像でも示されたように、支えてくれているのは人かもしれないし、花や動物かも、自然かもしれない。どんなに孤立しているように見えても、私たちは周りに支えられているのです。

そして、同時に私たちの存在そのものが、誰かの役に必ず立っているように思います。それに気づけば、社会は決して無縁ではありません。有縁社会、縁でつながっている社会です。いま必要な事は、改めてそのことを意識することではないかと思います。マスコミは無縁社会などという言葉ではなく、有縁社会という言葉が流行らせるべきだったと思います。繰り返しますが、言葉は現実を作り出すのです。

今日の大きな議論もそうでしたが、周りにいろいろなつながりがあることに気づけばそれだけで私たちは生きやすくなるのではないかと思います。人のつながりによって作られる社会は、決して無縁であるはずはないのです。

みんなが安心して暮らせない社会だからこそ、閉じられたシェルターが必要なのですが、そんなシェルターがなくてもいいように、社会そのものをシェルターにしていきたいと思えます。

今日は、それに向けての一步だったのではないかと思います。そして、このワークショップを契機に、参加者一人ひとりが、まずは周りでできることから始める、次の一步を踏み出せればと思っています。

ありがとうございました。

## クロージングメッセージ

<福山なおみ：自殺のない社会づくりネットワーク・ささえあい 事務局長>

今日は長い時間、ありがとうございました。

昨年は自殺多発場所からと言うことで、主に現場で自殺防止に取り組む人たちを中心にフ

フォーラムを開催させてもらいましたが、次の課題として、自殺を思いとどまった人たちをどう支援していくかが浮かびあがってきました。

そして1年間、交流会などで話し合ってきたのですが、現場での一時的な、緊急対応的なシェルターは大事ですが、それだけでは十分ではないのではないかと。みんながお互いを気遣い合い、支え合っていくことが大事なのではないかということになってきました。一人ひとりの居場所があり、それをみんなが気づきあえば、だれも「岩場」に立たなくてすむ。そういう思いから、自殺を思いとどまった人も含めて、私たちが生きているこの社会全体がシェルターになれないかという、概念の広がりというところに、今年は焦点を置いて、このフォーラムを開催いたしました。

私は看護師なのですが、人を支えるという仕事はとても疲れます。しかし、患者さんから「ありがとう」という一言をもらっただけで、元気が出ます。退院する時に、「あなたに会えてよかった」と言われると、私もその人に同じことをいいたくなくなります。私も患者さんからたくさんのことを教えてもらい元気をもらえたからです。私たちは、「支え、支えられる」という相互依存の中で生きています。そして、誰にもできることはたくさんあります。

今日の話し合いのなかからもそういうことがたくさん見つかったと思います。まずは、そうしたことから、一緒にやっていきませんか。

今日はほんとうにありがとうございました。

< 茂幸雄：自殺のない社会づくりネットワーク・ささえあい 代表 >

みなさんの話をお聞きして、今日は私のシェルターができたような気がします。それがとてもうれしかったです。

またみなさんと、岩場ではなく、こういう場でお会いできるのを楽しみにしています。ありがとうございました。

(文責：実行委員会事務局)

## ワークショップの振り返りシート（一部）

ワークショップに参加した人に、「ワークショップの振り返りシート」を書いてもらいましたが、公表してもいいと書いてくれた人のシートを紹介します。

< 72歳男性・東京在住 >

自分にとってのシェルター

- ・ 自分の心身の癒しの場。又は他人（人）に与えられる安心の居場所。
- ・ 太陽の恵み。
- ・ 大自然界、宇宙。
- ・ おのれの落ち着く場所。

私はこんなシェルターがほしい

- ・ 自殺未遂サバイバー体得者（カミングアウトの可能者）同士が心おきなく話し合える場があり、心身共に癒せる館の建設が最終目的であり目標。土地は確保している。

こんなことなら私もできそうだな／やりたい

- ・ 自殺未遂サバイバー体得者（カミングアウトの可能者）の全国ネットワーク作り。困難ではあるが、同士としての伴が重要だから！！

自由感想

- ・ 自殺対策の「シェルター」と題した、このフォーラムに全国各地から大勢の方々が参加された事に心よりうれしく思います。有難う御座いました。

< 62歳男性・千葉在住 >

自分にとってのシェルター

- ・ 自分で作るもの。

私はこんなシェルターがほしい

- ・ 役所の親身な相談対応

こんなことなら私もできそうだな／やりたい

- ・ 困った話を聞いてあげる

自由感想

- ・ 実績のある茂さんの申し出であれば、シェルター作りの予算立てが実現します。この次は上げてもらうこととございます。

< 不明 >

自分にとってのシェルター

- ・ 何でもいえるような人間関係（家族、友人、いろいろな場出会った人たち）
- ・ イヌ、ネコ、植物、あたたかい環境。

私はこんなシェルターがほしい

- ・ 本当はシェルターがいらない、シェルターを意識しなくてもよい社会がいいのかもしれませんが。

こんなことなら私もできそうだな／やりたい

- ・ 今日、話し合ったことを別のところにも伝えていき、共有すること。

自由感想

- ・ 目に見える関係を指摘して下さったのが印象的でした。ケータイ、ゲームキャラ・・・とか、個人でもアクセスしてしまうことが可能なツールに頼りがちでしたが、目に見える関係の良さを再認識しました。

< 不明 >

自分にとってのシェルター

- ・ 心を癒す家庭かな

私はこんなシェルターがほしい

- ・ 安心できる社会全体がシェルターになると良い

こんなことなら私もできそうだな／やりたい

- ・ フォーラムに参加し情報を得ていきたい

自由感想

- ・ 自殺のシェルターというイメージ（逃避とか逃げる）を変えたらと思います。
- ・ 核シェルター、DVシェルターなど、イメージが悪い。
- ・ 生きる希望を与えるような表現を考えていただけたらと思います。

## 報告者とメディア関係者の話し合い

### < 報告者 >

茂 幸雄（心に響く文集・編集局理事長）  
篠原鋭一（自殺防止ネットワーク風理事長）  
森崎雅好（高野山大学助教）  
井内清満（ユース・サポート・センター・友懇塾理事）  
菊池 謙（自由と生存の家実行委員会）  
竹下八郎（自殺防止ネットワーク風副理事長）  
福山なおみ（自殺のない社会づくりネットワーク・ささえあい事務局長）

### < メディア関係者 >

野呂 晋一（NHK首都圏放送センター）  
佐川 豪（NHK甲府放送局）  
青木さやか（読売新聞福井支局）  
山寺 香（毎日新聞社夕刊編集部）  
幸長 由子（毎日新聞福井支社）  
飯田 克志（東京新聞）  
中野 省三（共同通信社）  
山崎 一昭（株式会社佛教タイムス社）  
CHAN（ALJAZEERA）  
朝倉 彩（㈱インターテレメディア アルジャジーラ同伴）

### < 話し合いの概要 >

第1部の報告者それぞれの立場から自殺予防に対する考え方、取り組みについて説明。それを踏まえて、質疑応答も含め、意見交換を行った。また、マスコミに対し、自殺予防を表面的に捉えるのではなく、重大な社会問題としての自殺予防の啓蒙を依頼。特に政府、行政への働きかけを支援するよう依頼した。

Q：質問：昨年のシンポジウムから、シェルターはどのくらい増加したのか？

A：シェルターについて具体的なことは公開にできない。公開するとさまざまな人が自殺企図者を装い、シェルターに来ることが多くなりかねない。

Q：自殺防止ネットワークの相談寺院はどのくらい増加したか？

A：昨年の段階では3カ所だったが、現在はハワイの1カ所を含め全国で50カ所が相談窓口寺院となった。

Q：現場に対し、国・行政はどのような支援をしてくれているのか？

A：国の自殺対策の予算は198億円。県レベルでは数千万円、月では50万円程度の電話代のみ。国からの助成金はいずれもシンポジウムや資料、パンフレット作りに使われており、現場には回ってきていない。内閣に対しても申し入れをしているが、現場は民間でという姿勢。

Q：自死遺族に対する支援体制はどうなっているのか？

A：自死遺族に対しても個別に対応を行っている。  
自殺対策に取り組む僧侶の会等が毎年自死者追悼法要や供養に取り組んでいる。これも自死遺族に対する対応である。

Q：仏教の各宗派やキリスト教、他宗教の自殺対策に対する動きがあるのではないか。

A：宗派等で自殺対策を取るような掛け声はかかっているが、具体的な動きはできていないのが現状。自殺防止ネットワーク風も含め、個々に対応している。

## [報告資料1] 福井県・東尋坊における自殺防止対策概論

### 1 東尋坊での自殺現状

地元警察署の発表によると、過去30年間に646人、ここ10年間で227人が亡くなっており、この数字は10年間に200人以上乗りのジャンボゼット機が一機ずつ墜落していることとなります。また、自殺未遂者として年間130～180人を警察では保護しており、私たちの活動により年間50～60人を発見・保護していることから、年間250人以上の自殺企図者が全国から集合していることになっており、その多くは県外者です。

### 2 自殺防止対策の現状

平成16年4月、私たちの活動開始時には、地元観光協会等による月1回の清掃を兼ねたパトロールと、営業時間帯（午後5時頃まで）における不審者発見時の警察への通報対策が採られていましたが、現在では週3回のパトロールを実施するに至りました。

私たちは活動開始時から、私費を投じて水際に相談所を設けて活動を続けており、現在86人の会員による恒常的なパトロールを行い、年間約800万円以上の経費を自ら捻出して活動してきました。

### 3 東尋坊で考えられる自殺防止施策

- ・「危険個所の排除」と「上流対策」
- ・自殺企図者に対する「引き止める」「寄り添う」「支える」

### 4 私たちが実際にやっている自殺防止活動内容

#### (1)「危険個所の排除」対策

危険個所への「自殺防止監視通報システム」の導入(計画中)  
全国にある自殺多発場所を検証し、そこで活動している活動者とのネットワークの構築

#### (2)「上流」対策

講演会・シンポジウムの開催、その他広報・啓発活動  
自殺を思い留めるための、自殺企図から立ち直った体験者等が語る本の出版

#### (3)「引き止め」対策

恒常的なパトロールを実施し、自殺企図者を発見・保護して自殺をくい止める。

#### (4)「寄り添い」対策

悩み事を解決するための同伴活動を実施  
緊急避難場所(宿舍・生活費など)を提供  
人生再出発するための生活基盤を支援(全国シェルター・ネットワークの創設)

#### (5)「支え」対策

居住地へ帰途後のメンタルヘルス対策(県外会員による支援)  
自殺志願者や立ち直った自殺企図者と学識経験者等との「体験者との集い」を開催

### 5 実施成果

平成16年4月27日からの活動開始以来291人(22/11.1現在)の命を救ってきており、自殺の体験者等から作文を募集した図書4部(「心に響く文集～勝たなくてもいい!負けたらアカン!」「東尋坊～命の灯台」「自殺したらあかん!～東尋坊の“ちょっと待ておじさん”」「自殺をくい止める!東尋坊の茂さん宣言」)を出版しています。

(心に響く文集・編集局理事長:茂幸雄)

ごあいさつ

私が住職を勤める寺に、過去自殺に駆られた人が多く訪ねて来られました。このため、「自殺志願者駆込み寺」としてお寺を開放しました。すでに、3,000人を超える方々からの相談を受けてきましたが、その多くの方々は、根気よく話を聞き、相談にのることで、自殺を思いとどまりました。

しかし、自殺された方の大半は相談もままならず、命を絶っているのが現実です。できるだけ多くの自殺志願の方々の相談にのってさしあげたい。そのためには、自殺予防、防止活動に賛同していただける方々の輪を広げ、全国各地で相談を受けることのできる組織を作ることが重要ということで、この度「特定非営利活動法人自殺防止ネットワーク風」を設立しました。当NPO法人は自殺予防・防止の課題に取り組む賛同者と共に、自殺に駆られている方々並びに自殺未遂者及び自殺者の遺族の方々に対して、相談並びにケアのできる人、時間、場を提供し、自殺予防、防止活動に本格的に取り組んでまいります。

今、自殺に駆られている方、自殺者遺族の方は、どうぞ、お電話を一本ください。また、私達の活動にご賛同いただける方は私達の支援の輪に、ぜひご参加ください。

「特定非営利活動法人自殺防止ネットワーク風」は、日本から自殺者が一人でも少なくなることを願い、「自殺の少ない、生きやすい、明るい社会の実現」に寄与してまいります。

特定非営利活動法人  
自殺防止ネットワーク風  
理事長 篠原 鋭一

NPO法人自殺防止ネットワーク風  
ご案内

本部・東京相談所所在地

本 部：千葉県成田市名古屋346 長寿院内  
電 話：0476-96-3908  
東京相談所：東京都豊島区南大塚3丁目1番6号  
藤枝ビル4階

全国各地の相談所（裏面をご覧ください）

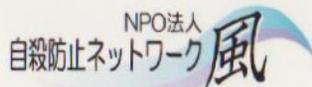
NPO法人自殺防止ネットワーク風は、お寺を中心としたネットワークづくりを進め、全国各地の自殺志願の方や自殺者遺族の方々の悩み、相談を承っています。

インターネットでアクセスしてください

メールアドレス：soudannet-kaze@nifty.com  
(メールでのご相談は受け付けておりません)  
ホームページURL：http://www.soudannet-kaze.jp



ようこそ、風の花小径へ...NPO法人自殺防止ネットワーク風のホームページでは、春夏秋冬四季折々の花たちが皆さんのお越しをお待ちしております。次のURLで直接アクセスできます  
http://picasaweb.google.com/soudannet.kaze



特定非営利活動法人  
自殺防止ネットワーク風

## 電話相談のご案内

多重債務、過労、解雇、セクハラ  
パワハラ、いじめ、不登校、差別・  
虐待、子育て疲れ、介護疲れ、  
家庭内暴力、うつ病等.....  
自殺を考えている方、  
自殺に駆られている方、  
自殺未遂の方、  
自殺者遺族の方、  
次の相談所へお電話ください。

### 相談所電話番号

本 部 : 0476-96-3908  
東京相談所 : 03-6383-2012

### 東北地区

秋田事務所(月宗寺):0185-79-2468

山形相談所(松林寺):0233-45-2833

福島相談所(長秀院):024-548-1240

### 関東・甲信越地区

千葉相談所(長寿院):0476-96-2204

千葉相談所(真光寺):0438-75-7414

新潟相談所(東岸寺):025-62-4367

### 中部・近畿地区

静岡相談所(泉龍寺):0558-72-2485

岐阜相談所(大禅寺):0575-29-0422

愛知相談所(竜谷寺):053-463-2360

### 四国・九州地区

愛媛相談所(安国寺):089-966-3647

熊本相談所(法泉禅寺):0964-22-1209

長崎相談所(天福寺):095-850-1316

☆メールでのご相談は受け付けて  
おりません



花の優しさをお届けします

NPO法人  
自殺防止ネットワーク風

Non Profit Organization  
Suicide Prevention  
Network 'KAZE'

新しい風、  
生きる喜び...  
大切な「いのち」

お電話下さい、自殺防止・風のネットワークへ...

### NPO法人自殺防止ネットワーク風 支援者、参同者募集

#### 賛助会員募集

NPO法人自殺防止ネットワーク風の活動に賛同していただける方は、賛助会員としてご参加ください。ご入会いただきました方には、賛助会員証を発行、ご希望の方には当法人の名刺(20枚)を発行させていただきます。また、当法人の活動ニュースやイベント等のご案内を差し上げます。なお、賛助会員になられても法人に対する責任や義務などはございません。

#### 賛助会員会費

入会金:10,000円 年会費:12,000円

2年目からは年会費のみとなります。

各種募集のお申し込みは下記まで、  
お願いします。

NPO法人自殺防止ネットワーク風東京相談所  
郵送:東京都豊島区南大塚3丁目1番6号  
電話:03-6383-2012

メール:soudannet-kaze@nifty.com

#### 自殺防止相談所・ボランティア募集

相談所・相談員募集:当法人では、自殺を示唆する方や自殺者遺族の方々等悩みや相談を受けていただける「お寺」やボランティアの方を募集いたしております。国内にお住まいの方であれば、地域等の制約はございません。ボランティアの資格、ボランティア活動の具体的な内容等詳細につきましては、改めて東京相談所よりご連絡申し上げます。

#### 皆様からの手記を募集

皆様の「命の大切さ」「自殺」に対してのお考え、思い、悲しみ、苦しみ等を手記にまとめてご投稿ください。自殺防止活動の参考にさせていただきます。またホームページ、活動ニュース等でご紹介させていただきます。

\* 投稿はメールまたは郵送にてお送りください。

\* 投稿される際は住所、氏名、年齢、職業、  
電話番号メールアドレスを明記してください。

\* 掲載の際に匿名ご希望の方はその旨お申し  
出ください。(原稿は返却いたしません)

## 日本の自殺の現状... 私達が先ず為すことは...

日本における自殺者は平成10年以降急増し、毎年3万人を越し、平成20年には32,249人の方が自殺で亡くなっており、先進国の死亡率比較では群を抜いています。

この10年の自殺の傾向としては、高齢年齢層(45歳~64歳)の方々が多く、無職者(含む学生)がその半数以上を占めており、自殺の要因としては経済、生活的な面が強いものと推測されます。

国としても、大きな社会問題となっており、政府としても自殺予防に向けての提言や普及、啓発活動、「いのちの電話」、防止のための予算化等の具体的対策を推進しています。自殺の動機や要因。実態といったものは十分に把握されていますが、なんともなっていないのが現状です。

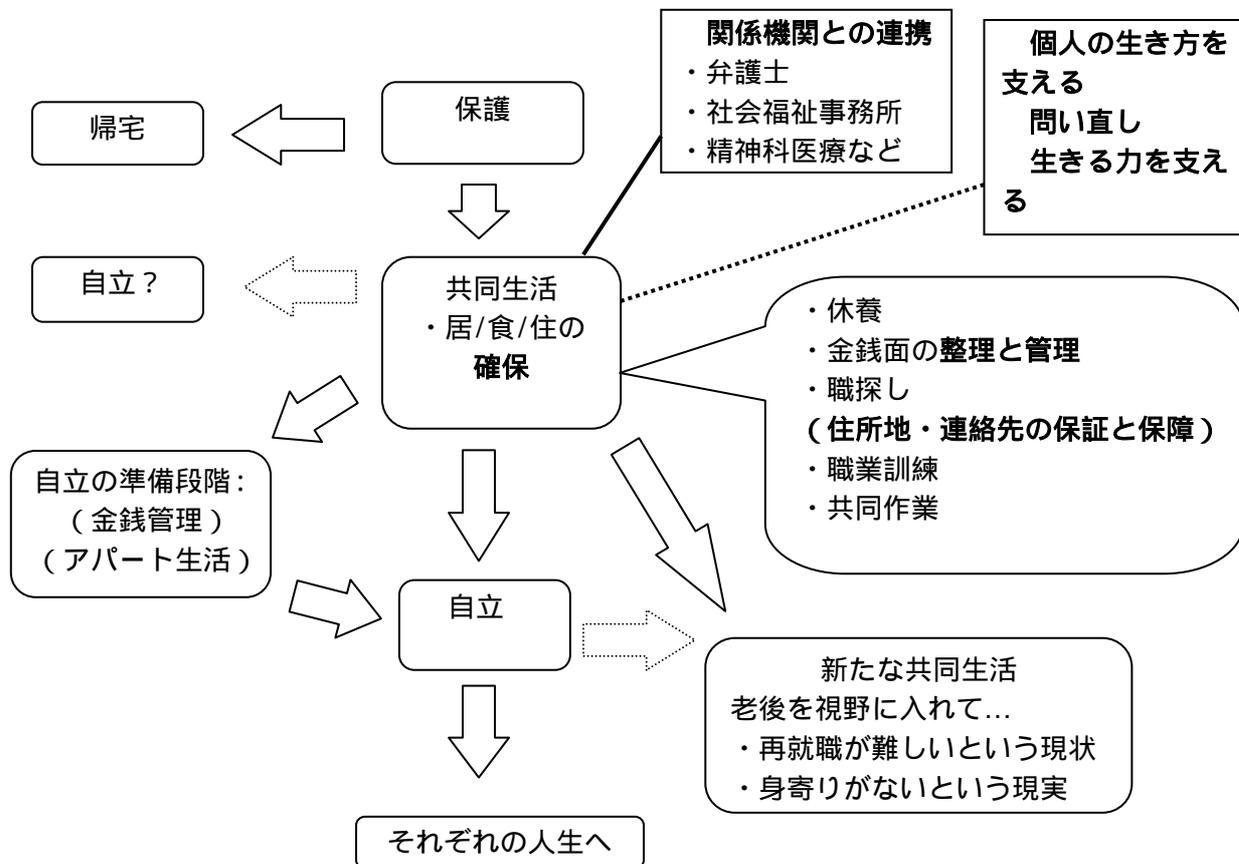
「自殺を考えている人は誰かに話したい」、そんなサインを必ず発していただきます。私達の活動は、悩んでおられる、そんな方々の話に「耳を傾ける」ことから始めます。



オキザリスの花言葉:母親の優しさ

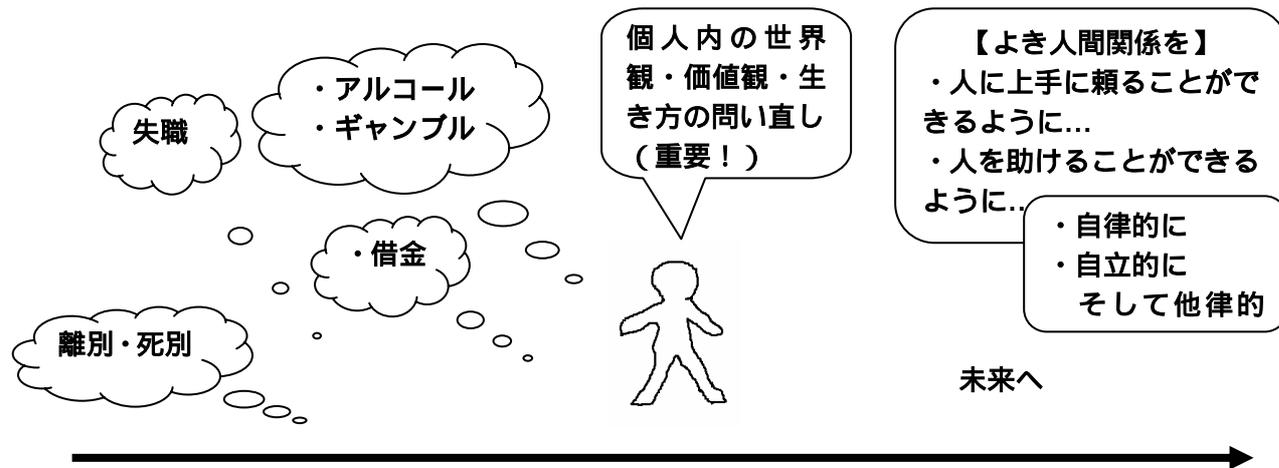
## [報告資料3] 白浜レスキューネットワーク

### < 1 . 白浜レスキューネットワークの構造 >



### < 2 . 再出発に際して必要なこと >

社会や環境の調整と、個人の中の「いきる力」を力づけるために...



自殺のない社会に向けて何ができるか  
(白浜レスキューネットワーク・高野山大学文学部助教 森崎雅好(臨床心理士))

## [報告資料4] ユース・サポート・センター・友懇塾

### 友懇塾の経緯

警察に補導・逮捕された青少年が家裁に送致され審判を受ける。友懇塾は審判なる前の保護的処置の一環として友懇塾の活動に参加し立ち直り支援にかかわっている。

井内個人で平成元年より非行少年の立ち直り支援活動していたが個人での活動に限界を感じ、平成14年に設立し翌年平成15年2月4日千葉県より認証され本格的に活動している。

### 友懇塾の活動

- |            |   |
|------------|---|
| 24時間電話相談活動 | 友懇塾の基本活動  |
| JR千葉駅前清掃活動 | 毎月第一・三金曜日、午後7時～9時   |
| 里山活動       | 現在二カ所の里山で活動している。<br>A) 県有林「癒しの森」2.75㍏(下草刈り、遊歩道整備)<br>B) 民有地「友懇の森」3.00㍏(空間づくり、オブジェづくり) |
| 街頭補導活動     | 第一・三金曜日、午後10時～深夜2時頃   |

### 24時間電話相談

友懇塾の基本活動である。個人保護の問題もある関係で井内個人で活動している。今では全国から非行問題、ひきこもり問題、不登校、少ないが自傷行為や自殺についての相談もある。

### JR千葉駅前清掃活動

友懇塾の主たる活動になっている。家裁で審判不開始、不処分という比較的軽微な犯罪を犯した少年とその保護者を清掃活動に参加させ立ち直り支援を行なう。他に私が深夜補導した少年等も一緒に参加する。ここで参加した少年等の再犯率は2%～5%と全国平均28%と言われる中で極端に少ない。毎年400名から600名の少年等が参加する。

### 里山活動

里山活動は、少年の立ち直りに効果は非常に大きい。少年が一定時期までの成長で両親と一緒に同じ内容の活動を一切していない。ここに来ると子どもも叱るし大人のも叱る。子どもと関わり方から道具の使い方、里山で拾った様々な宝物でつくる「オブジェづくり」はぎこちない親子関係から終わるころにはお互い話し合いながら頑張っている。

### 街頭補導活動

深夜補導するきっかけは永年子どもたちと関わってきて感じたことで始めた。街のどこにも補導専門員等がいなくなっておもむろに徘徊する子どもたちは夜遅くなってからだ。深夜12時になるとあちこちから改造車が集まってくる。いわゆるナンパ族だ若い女性が声をかけて来るのを待っている。話がまとまるといずれかへ闇のなかへ消えていく。こうした中で声を掛け合いお互い信頼関係を築き若者の相談相手になりかかわっていく。親しくなると、家庭のこと、仲間のことなど話が出

てくる。こうしたかかわりの中で人間関係を構築できることで立直り支援に役立っている。

#### 関わってみて思うこと

私が数多くの保護者や少年に会って感じることもある。立直り支援と称して子どもや親を傷つけていると感じることがあまりにも多いのに気づく。

話を聞いてあげる余裕が大人にない。

説教してしまう大人の多さに子どもは戸惑っている。

話を真面目に聞いてあげない。 そんなことで悩んでいたのか？バカだなあ～

学校は保護者の前で「保護者のご協力のおかげで登校に問題はありません」という管理職のあいさつを聞いて子どもは「この学校では相談できる場所がない」と考える。

保護者は子どものことについて「真正面」から立ち向かうことが出来ない。

保護者の世間体を気にする姿に幻滅する。

子どもの言っではいけない言葉がある「頑張れよ」は禁句

少年に「何かしてほしいことがあったら言って来い」という言葉に真実味がない。

子どもの生活に無関心な保護者の末路は厳しい。

少年院から仮退院してきた子どもに、家庭では「もう恥ずかしいことはしないでよ」「もう懲りたでしょう」と学校では「もうバカなことはするなよ」と子どもが一番聞きたくないことを平気で言う。

何でもいいから仕事をしろという無責任な大人。

#### 私のかかわり方

黙って聞いてあげて、間を取って、最後に一言「よく話してくれたなあ～」

子どもには絶対に怒ってはいけない。叱ることで信頼感をえられる。

最後に私自身の住所や連絡先などしっかりと教えることが必要

その結果、サッカーチーム「FC 椿森」を結成。全員問題行動を起こした少年や少年院や少年刑務所を非行少年で結成。

(NPO 法人ユース・サポート・センター・友懇塾:井内清満)

### 1. フリーター全般労働組合について

- 2004年設立 2006年再建組合員数5名 2010年現在200名
- 年齢層20代～40代前半が中心
- 非正規率9割
- 収入：年収180万円未満が2/3を占め失業者も1割程在籍  
➢ (含生活保護受給)

### 2. 住宅部会の活動

- 2008年6月、組合員の生活支援で何が求められているかという議論の中から組合内に住宅部会が設立。
- 同年9月、全組合員を対象に生活実態アンケートを実施。
- アンケートを元に求められる住宅像を固めながら設立に向けて具体的な行動に移る。
- 同時期に有志で自由と生存の家実行委員会が設立され以後は実行委員会により進められることになる。
- リーマンショック以後に起きた派遣切り労働者・失業者の受け入れが活動目標に加わる。  
➢ 現在は労働争議中の労働者を受け入れるなど活用の範囲が広がってきている。



### 3. 自由と生存の家設立までの動き

#### 自由と生存の家設立趣意書

現在、国内労働者の約20%が年収200万円以下という生活保護基準ギリギリの生活を強いられています。更に、不安定な生活を強いられている仲間は派遣切りや雇い止め、解雇とぼろ屑のように使い捨てられ、住処までも奪われています。

労働者はやられてばかりなのか？こんな仕打ちを受けても、生きるためには忍従しなければならいいのか？そんな馬鹿な話はないというのが私たちの考えです。解決のためには、労働組合に加入する、労働組合を結成する、政治的な運動に加わる／起こす、専門家・専門団体に相談するなど、さまざまなアクションが必要です。

私たちは、自らの生活の土台である住宅を自分たちで確保し、運営し、人々が支え合い、出会い、相談し合える場をつくる取組みを提案します。過去20年以上にわたり行われてきた新自由主義政策により、私たちが奪われ、ズタズタにされてきた人と人の繋がりがや地域を、そして自治を再生する「自由と生存の家」を設立します。

2009年2月1日  
自由と生存の家実行委員会

2008年11月 不動産業者と接触。現在の物件他数件を紹介される。

#### 四ツ谷の物件概要

駅近徒歩一分 木造アパート2棟 総床面積約300㎡  
A棟1Fの4部屋を八部屋に改造(1室4畳計16部屋)

2009年 2月 アパート改修工事

- ・延べ約550名のボランティア・労働者が参加
- ・当初は完全ボランティア体制で改装を終える予定であったが、工事が進展するに従い建物の損傷が激しく、2ヶ月目より大工さんに入ってもらうこととなる。
- ・工事予算は当初予定の2倍以上となる。
- ・入居は工事の終わった部屋に3月から随時入居となる。(第一号入居者は茨城で派遣切りにあった労働者)

2009年8月 全室オープン

#### 工事期間を通じての総括

- ✓ 物件を決めるときは建物診断を行う
- ✓ 事前に建物のイメージを固め、図面を書き上げる。
- ✓ 準備段階でボランティアが出来ることと専門家が出来ることを切り分ける。
- ✓ 現場の判断を大切に工期設定を行う実行委員会・ボランティア対面での会議を適時開催する。
- ✓ 予算のない中で現場労働者不足をボランティアでしのごうとしたのは判断ミスであった。現場で働く人には一定の対価を支払う体制が必要。また対価を支払う人とボランティアを明確に切り分ける必要があった。
- ✓ 入居者には、一定組織力のある団体、メンバーを加える必要がある。
- ✓ 現場メンバーの柱が決まると諸々の仕事や作業も安定する。今後は作業開始より、この体制を採る必要。
- ✓ 入居者選定に際しては、実行委員会として基準を作成したほうが担当者の負担が減ると考える。
- ✓ これは当初からの課題であるが、お金集めの仕組みや取組みを現場とは別にすすめることが必要。現場班、お金集めイベント班のようなイメージ。

## 4. 運営の仕組み

住民のみで構成され家の問題などを話し合う住民自治会（月1回定例開催）  
自由と生存の家実行委員会（管理・運営）  
サポーターズクラブ（財政的に家を支える有志のあつまり）  
呼びかけ人

雨宮 処凜 （作家・反貧困ネット副代表）  
稲葉 剛 （NPO法人自立生活サポートセンターもやい理事長）  
宇都宮健児 （弁護士・反貧困ネットワーク代表）  
斉藤 貴男 （ジャーナリスト）  
清水 直子 （フリーライター・フリーター全般労働組合執行委員）  
高橋 均 （労働者福祉中央協議会事務局長）  
原田 隆二 （有限会社一水社不動産部）  
布施絵里子 （フリーター全般労働組合共同代表）  
ホルヘ・アンソレーナ （イエスズ会司祭・建築家）

作業ボランティア（フリーター全般労働組合関係者が多くを占めた）

## 5. 住環境

A棟・101～108号室 間取り：4畳 フローリング 付属設備：エアコン  
共用設備：キッチン/トイレ・シャワー 家賃：35,000円～53,700円/月  
A棟・201～204号室 間取り：6畳+3～6畳 フローリング  
付属設備：キッチン/トイレ・シャワー・浴槽/居室にはエアコン  
家賃：60,000円/月 敷金：120,000円（原則5,000円/月で24回の分割払い）

運営の課題

- ・生活費確保の取組み（課題発見と制度活用など）
- ・住民自治発展に向けての取組み（自治会への援助など）
- ・住環境維持の取組み（ゴミ問題、ねずみ問題の解決など）
- ・住民間のコミュニケーション問題をサポートする取組み（騒音問題など）
- ・専従者確保に向けた取組み（事業の維持発展にむけての体制作りなど）

## 6. 仕事づくりの取組み【自由と生存の野菜市】

私たち実行委員会が出会う仲間の中には80年代から続く自由化・規制緩和の中で、住み慣れた地域や職場を追われ、又は学卒後、最初から不安定な環境に無防備に放り出された人々が多くいます。サブプライムローン問題、リーマンショックに端を発した世界的な不況は大量の「派遣切り」を産み出し、派遣村に代表される家も仕事も無い失業者の大量発生させました。私たち自由と生存の家に住まう仲間も派遣切り、失業など様々な困難を抱えています。生活保護を受け生活の安定を得た後も仕事を得るというハードルを前に苦闘を続けています。この状況を都市も地方も形は変えています。貧困というキーワードで共通の問題を引き起こしています。地方を追われた労働者は派遣切りで生活基盤を失い、働き手を奪われた地方の中には過疎化と経済の地盤沈下、高齢化でコミュニティの崩壊に瀕している所も出ています。自由と生存の家実行委員会として手始めとして都市の貧困層と地方の貧困層を繋ぐ活動の中から仕事づくりが出来るのではないかと考え野菜市を開始しています。

- ・自由と生存の野菜市 09年11月より毎月第2日曜、10年8月より第2、第4日曜日に開催中  
住人とボランティアで「野菜市実行委員会」を結成。売上から管理費を除いて分配。
- ・農業で働くための講習会開催を予定
- ・野菜の引き売り（リヤカーに野菜を積み新宿区内を引き売り）・現在は中止している

本年度新規活動予定（中央ろうきん助成プログラムの助成事業）

有機・無農薬農産物に関する基礎講座 （2回） 座学  
農業の現場での実習 （2回） 千葉県芝山町の農家を予定  
農産物の流通現場での実習 （1回）  
農産物の販売実習 （8回） 四ツ谷自由と生存の野菜市を予定  
農村体験講座 （1回）

## 7. 今後の方針

- ・自由と生存の家の複数立ち上げを目指す。第2第3の家を目指す。
- ・住人や地域の人々の相談スポットとしての機能を強化する。
- ・自由と生存の野菜市など仕事づくりの試みを強化する。
- ・2010年9月より、事務所をサポーター有志によるフリースペースとして運営。

連絡先：〒160-0005 東京都新宿区愛住町3 自由と生存の家 B-102

電話/FAX: 03-6273-2517 info@freeter-jutaku.org <http://freeter-jutaku.org/>

株式会社 サンレー  
代表取締役社長 佐久間 庸和（一条真也）



## 「隣人祭り」とは何ですか？

隣人祭りとは、同じアパートやマンションに住む人・働く人等、地域の隣人たちが、食べ物や飲み物を持ち寄って集い食事をしながら語り合うことで、都会の集合住宅などに暮らす人たちが年に1度顔を合わせる、だれもが気軽に開催し参加できる活動です。必要なのは中庭などのオープンスペースとテーブルだけで、お食事会だけでなく、ゲームやフリーマーケットを開いたり自由です。

この活動は1999年フランス・パリ市の小さなアパートで始まり、今では29か国・800万人が「隣人祭り」に参加しており、日本では2008年5月、東京・新宿区で初めての「隣人祭り」が開催されました。パリの片隅、高齢者の孤独死から始まった、「つながり」の市民運動です。

1999年、パリ17区のとあるアパートで起きた高齢者の孤独死。「住民同士のふれあいがあれば、こんな悲劇は起こらなかった」と、同じアパートに住む青年達が、住民たちに声をかけをし、アパートの中庭でささやかなお食事会を開催しました。それが「隣人祭り」の始まりでした。このパリ17区の小さなアパートで始まった食事会は、パリ市全域からフランス全土へと広がり、現在では世界29か国・1000都市・約800万人が参加する、一大イベントとなっています。(2008年度EU調査)

「隣人祭り」は、だれの心にもある「つながりたい」という気持ちを引き出すきっかけになります。それは、現代社会が抱える孤独、不安、ストレスをなくし、だれにとっても住みやすい、快適な地域社会をつくるための第一歩となるのです。この祭りから現在では、高齢化、育児など様々な社会問題までも解決する礎となり始めています。

## 「隣人祭り」はこんな場面に有効です！

「隣人祭りは、隣人と、ほんの少し歩み寄る機会をつくること。同じアパートやマンション等、同じ地域の隣人たちなど、ふだんあまり接点のない地域の人たちが、気軽に交流できる場をつくり、知り合うきっかけをつくりたいとき。また、自治会や地元の行事、集合住宅の会合などに、今まで参加しなかった人を集めたいときや、サークル活動やボランティア活動に、同じ地域に暮らす隣人に参加してほしいときなど、高齢者や子どもたち、単身者など含め交流の場をつくるのに有効です。

## 「隣人祭り」はこんな長所があります。

- ・人が出会い、知り合う。親しくなる。
- ・ご近所さんとの距離感をはかるきっかけになる。
- ・近隣同士、助け合いをするなど、相互扶助の関係をつくる。
- ・様々な地域活動のコミュニケーション・ツールに利用できます。

## 「隣人祭り」を成功させる5つのステップ

### Step1 隣人祭りについて告知しましょう。

マンションや地域にポスターを貼る場所を探し、管理組合や自治会の許可をとって、ポスターを貼りましょう。

### Step2. ご近所さんのなかに「仲間」を見つけましょう。

隣人祭りに興味をもつ人が、ご近所や同じ地域に必ず見つかると思います。開催のために一緒に行動してくれる人を探すと、隣人祭りを成功させる大きなポイントとなります。

### Step3 お隣りさんは、どのような人たちですか？

ファミリー、ひとり暮らし？高齢者ですか。お隣さんがどのような人たちですか。

### Step4 隣人祭りの「きっかけ」を決めましょう。

お隣りさんは、どんな「きっかけ」なら集まってくれるでしょうか？皆さんが顔を出したくなるような「きっかけ」を考えましょう。

### Step5 日時と場所を決めて知らせましょう。

だれもが気軽に顔を出しやすい場所、集まりやすい日時を決めたら、チラシを作り、「ぜひご参加下さい」の一言をそえてお隣りさんに渡しましょう。

## 「隣人祭り」の歩み

～小さなアパートから始まった運動が、ヨーロッパにおける国民的祝祭日になるまで～

- ・パリのアパートで老女が孤独死 1999年、パリで第1回隣人祭り
- ・2001年フランス全域 120万人が参加
- ・2004年ヨーロッパ7ヶ国 340万人が参加
- ・2006年ヨーロッパ22ヶ国 600万人が参加
- ・2008年現在、29ヶ国 800万人の規模に
- ・2008年5月 東京・新宿御苑で開催(2日間で250人)
- ・2009年5月 日本全国「隣人祭り」同時開催  
(ヨーロッパ:5月最終火曜日、カナダ:6月第一土曜日同時開催)  
(EU正式支援活動に認定)

日本では毎年5月 隣人祭り世界同時開催



2010年5月29日、サンレーグランドホテル(高齢者複合施設)にて「隣人祭り」を開催いたしました。(日本同時開催)



冠婚葬祭互助会と隣人祭り

冠婚葬祭互助会とは？

相互扶助の精神が息づく日本伝統の文化

大勢の加入者の相互扶助で少しでも安く、できないものが、という考えのもと発足した。(昭和23年)

サンレーと隣人祭りの理念

【サンレーの理念】

冠婚葬祭を通じて良い人間関係づくりのお手伝いをする。

【隣人祭りの理念】

同じ建物、同じ地域に暮らす人たち、働く人たちが、より良い人間関係を育むための「きっかけ」をつくる場。

冠婚葬祭互助会と隣人祭りの精神

隣人祭りのキーワード・精神は、「助け合い」や「相互扶助」だから、互助会の精神と似て互助会にも通じるものがあります。

「隣人祭り」は、人生最後の祭りである「葬祭」にも大きな影響を与えます。隣人祭りでは知人や友人が増えれば、当然ながら葬儀のときに見送ってくれる人が多くなるからです。

しかし、結婚式にしる、葬儀にしる、参列者が減ってきているのは事実。この歯止めをしないと、人間関係づくりのお手伝いをさせていただくのは、世のため人のためにもなって、力を入れたいと思っています。まず共通の、一緒に遊んだとか、趣味に打ち込んだとか、共通の経験、体験ができる場を提供していければいいと思うのです。

私どもの会社のミッションは「冠婚葬祭を通じて良い人間関係づくりのお手伝いをする」である。結婚式やお葬儀でお手伝いするのもいいが、結婚式、お葬儀がひとつの家から発生するのは、だいたい25年に一度と言われている。25年に一度しかお手伝いできないのは寂しいし、そうした非日常的なことだけでなく、日常的にもお手伝いするには、隣人祭りがピッタリではないかと思って、積極的に取り組んでいくことにしました。

無縁社会から有縁社会へ

縁 = 冠婚葬祭業のインフラ

(六縁の再構築とその方法)



- 血縁(親戚) 法事・法要
- 地縁(隣人) 隣人祭り
- 職縁(仕事仲間) OB会
- 学縁(同窓生) 同窓会
- 好縁(趣味仲間) 趣味の会
- 道縁(志をともにする仲間) ボランティアの会

サンレーと隣人祭りの理念～孤独死を亡くす。

今、高齢化が進む一方で、問題になっているのが「孤独死」です。高齢者の単身者に多いのか、と思って調べると、多いのは男性の40代・50代の単身者。これから、単身者世帯が増えますから「単独死」そのものはあり得ることですから、可能性は、みんな覚悟しなくてはいけないことですが、「孤独死」という問題は人間関係そのものが関係します。血縁、友人、地域住民との関係がいいことです。

北九州市は孤独死が多いので有名ですが、孤独死だけではなく「孤独葬」が多い。孤独葬というのは葬儀の参列者が一人もない葬儀です。この「孤独葬」はなんともお気の毒だと思います。誰にも知られずに一人でひっそりと火葬場に直行する。この人の人生は何だったのだらうと思うと、こんなにお気の毒なことはないと思います。

世界の先進国の中で日本は一番高齢化が進んでいるが、日本の政令都市の中では北九州市の高齢化率は断トツである。人口約100万人のうち、約24万人が65歳以上の高齢者である。しかも1人暮らしの方が多いので、孤独死も非常に多い。

人間、死ぬ時は独りだけれども、参列者が独りもない「孤独葬」は本当に故人がかわいそうでならない。私は、人間にとっての幸せとは、やはり豊かな人間関係であり、自分が生きている間に関わった近所の人、会社の同僚や後輩など、皆が葬儀に来て「惜しい人を亡くした」と惜しんでくれる方が絶対にいいに決まっていると思う。

だから私は、独り住まいの人に、そういう人間関係をつくっていくお手伝いをしようということで、「隣人祭り」を開催していくことにしました。

## 隣人祭りの開催

- ・2008年10月15日 北九州市八幡で開催(1日で300人)
- ・2008年11月18日 北九州市小倉で開催(1日で150人)
- ・2009年 北九州市で隣人祭りを多数開催(60回)
- ・2010年 北九州市で隣人祭り130回を予定

北九州市を **隣人都市** へ

毎年5月23日の世界同時開催をはじめに、小規模のものを含めると、一昨年より50回以上実施しています。人数は多い時で300名、小規模でも20~50名くらいは集まっています。今年は、100回以上開催する予定です。

その他、当社が全面協力するので、北九州市のプロジェクトにして欲しいと、行政へのお声かけや、朝日新聞後援による「隣人ハートフルエピソード作文コンクール」隣人との心のふれあい・助け合い、隣人関係による心温まるエピソード、隣人とのほのぼのとしたエピソード等の応募掲載を毎日、読売、朝日等新聞各社に行いました。

## 開催報告 「隣人祭り・夏 ピースキャンドル2010」

2010年8月6日及び7日、サンレーグランドホテル「高齢者複合施設」にて「隣人祭り・夏 ピースキャンドル2010」を開催しました。NPO法人ハートウェル21主催、株式会社サンレーとエフコープ生活協同組合後援により、地域の子供たちや住民を中心に、2日間で約300名が参加しました。

初日は午後5時からスタート。野外ステージではオカリナ演奏やジュニアダンスステージ、そして最期に子供たちによるピースキャンドル点灯式が行われました。

二日目は、豆腐作りや親子で楽しむステンドグラス作り、畳敷き作りなどの体験イベントなど、また両日を通して、紙芝居文化の会の運営員・田中和子さんより「おかあさんのうた」と題した平和紙芝居や、使用済み蠟燭を用いてエコキャンドル制作が行われました。



## 無料健康教室「隣人祭り」を開催しました。

2009年3月7日、ご近所に住む高齢者の方(65歳以上)にお声がけをして、健康教室を通じてコミュニティづくりをするという企画で、NPO法人ハートウェル21が活動しています。今回は約10名の方が集まり、腹式呼吸を使う「呼吸法」などを体験しました。休憩のときには、参加者同士で話が弾み、あちらこちらでお友達になっていました。



日本の平均寿命は女性79歳・男性79歳といいますが、WHO(世界保健機構)が日本の健康寿命を計ったら男女ともに、平均寿命よりも7歳下回ることが判りました。この7年は、入院の期間、痴呆症の期間などで健康を損なっている期間ということです。

現在は、医療費の問題、介護の問題等、たくさんの問題も表面化しています。

高齢者の方がいつまでも健康で長生きをしていただけるよう、この無料健康教室「隣人祭り」は毎月2回第1土曜日と第3土曜日の会場が空いている日を利用して開催をし続けたいと考えています。



## 「隣人祭り」合同長寿祝いを開催しました。

2010年10月22日、サンレーグランドホテル(高齢者複合施設)にて「隣人祭り」合同長寿祝いを開催いたしました。



近隣の高齢者が100名、他総勢300名の参加を頂きました。



毎年、NPO法人ハートウェル21が高齢者に対して長寿祝いをしていますが、本年はNPO法人の会員の他に、近隣の老人会および高齢者複合施設の利用者に声掛けをしました。

当日17:00から長寿祝いの参加者は150名位で、神事の後に記念撮影をし、18:30からは近隣の老人会が加わり総勢300名近くに膨らみ、当日は晴天で満月でもあり高齢者複合施設の中庭で食事会になりました。中庭にコップに入れたローソクに火をともし、各人にテーブルに置きました。小さな灯火は、「心のふれあい、つながりを意味するものである」と説明をいれました。

食事は、同施設に「月見御膳」と銘打って協賛していただき、出し物は、地元の神洲太鼓、二胡演奏。同施設カルチャーセンターからはフラダンスの発表があり、盛り上がりました。



最後に、恒例イベントである故人の霊魂をレーザー光線に乗せて地上から月へ送る「月への送魂」を行いました。

参加者全員が、来年の満月も一緒に見ようと満場拍手で散会になりました。

## 富野地区「隣人祭り」を開催しました。

2009年11月18日(株)サンレー創立記念日に近隣の富野地区の老人ホームや施設のお年寄りを招待し「隣人祭り」を開催しました。



老人ホームや施設のお年寄りを招待し近隣保育園、幼稚園園児による余興歌・組対抗お遊戯会・竹太鼓演奏、マーチングバンド、フラッグシップ、チアガールダンスの発表があり、事前に思いいに絵を描いてもらい、プレゼントを行いました。

## 「隣人祭り」合同厄除け祝いを開催しました。

2010年2月3日の「隣人祭り」合同厄除け祝いを開催しました。近隣の企業から9社、厄除け対象者12名他総勢100名の参加を頂きました。



18:00から節分際を行いました。12名の厄を被い、大杯により乾杯が行われました。持ち寄った恵方巻を食べながら懇親を深め、参加された全員で厄を担い1年の無事を記念しました。

最後になりますが、今年の年末には人間関係を良くする、新しい人との「つながり」の場「隣人祭り」と隣人関係のきっかけづくりをまとめた、『隣人と祭りを！～無縁社会を乗り越える』となりびとの思想』(仮題:三五館)を刊行する予定です。

開催場所:小倉松柏園ホテル 北九州市小倉北区  
開催場所:高齢者複合施設 サンレーグランドホテル  
「北九州紫雲閣」北九州市八幡西区

# みんなが安心して暮らせる「シェルター」

## を考える公開フォーラム

—自殺のない社会をめざして—

参加者  
募集

参加費無料

2010年11月5日(金)

午後1時～5時 (12時半開場)

日本財団大会議室 (東京都港区赤坂1-2-2)

<http://www.nippon-foundation.or.jp/org/profile/address.html>

- ▼自殺のない社会づくりネットワーク・ささえあいでは、今春、名古屋で自殺を思いとどまった人の暮らしを支える活動に取り組んでいる人たちに集まってもらって、シェルターネットワークシンポジウムを開催しました。
- ▼その後の話し合いの中で、そうした活動をさらに発展させていくために、「シェルター」を広い意味で捉えて、日常的な支え合いや人のつながりを育ていく仕組みや場が大切だということになってきました。
- ▼そこで今年は、みんなが安心して暮らせる「シェルター」をテーマに、自殺のない社会を目指して、私たち一人ひとりができることを考えるフォーラムを開催することにしました。
- ▼さまざまな立場の人たちの参加が、このフォーラムをより実りあるものにしていくと思いますので、ぜひ多くのお参加をお待ちしています。



自殺多発現場での活動者サミット(2009)



### ■プログラム(予定)

#### 第1部 ミニ報告と呼びかけ：自殺のない社会に向けて何ができるか

\*レポーター(予定)

茂幸雄(心に響く文集・編集局理事長)

篠原鋭一(自殺防止ネットワーク風理事長)

井内清満(ユース・サポート・センター・友悫塾理事長)

菊地謙(自由と生存の家実行委員会)

一条真也(作家・(株)サンレー代表取締役)

森崎雅好(高野山大学准教授)

ほか

#### 第2部 ワークショップ1:「シェルター」って何だろう

#### 第3部 ワークショップ2:こんな「シェルター」をつくりたい

参加者全員でグループに分かれて話し合います

### ■参加費：無料

■申込先：氏名・所属をご記入の上、メールまたはファックスでお申し込みください

[sasaeai@gmail.com](mailto:sasaeai@gmail.com)

ファックス 03-6803-2575

主催：自殺のない社会づくりネットワーク・ささえあい(代表：茂幸雄) <http://sasaeai.org/>

後援：心に響く文集・編集局、自殺防止ネットワーク風、白浜レスキューネットワーク、コミュニティケア活動支援センター

協賛：住友生命社会福祉事業団

## 自殺のない社会づくりネットワーク・ささえあいの紹介

自殺のない社会づくりネットワーク・ささえあいは、だれもが安心して暮らせる社会を目指して、それぞれができることに取り組みながら、立場を超えて、支え合うつながりを大事にする、ゆるやかな個人のネットワークです。

代表や事務局長はいますが、組織全体として意思を統一したり、組織として行動したりする組織ではなく、それぞれが個人としてゆるやかにつながりながら、共感できる場合にはそれぞれの立場で応援し、誰かが呼びかけて何か活動する場合には(この公開フォーラムがその一例ですが)賛成した人たちでチームをつくり取り組んでいくスタイルをとっています。

ネットワークには、さまざまな考えの人がいて、活動もさまざまかもしれません。しかし、みんなが安心して暮らせる社会、自殺のない社会を実現するためには、そうしたさまざまな考えや活動が、ゆるやかにつながることが大切だと考えています。

参加者をつなげるのはメーリングリストと交流会です。定期的な交流会はまだ東京だけですが、誰かがその気になれば、どこかで始まるかもしれません。誰かが何かをやるうとしたら、できるだけみんな支えあっていく。それがこのネットワークの精神です。

もし共感していただけたら参加してください。

### メーリングリストへの参加方法

メーリングリストに参加したい方は事務局までメールで、次の項目をご連絡ください。登録させていただきます。

氏名 登録アドレス  
お住いの都道府県名  
もしあれば活動組織

申込み先  
sasaeai@gmail.com

### 交流会のご案内

毎月、だれでも参加歓迎の気楽な交流会を開催しています(参加費無料)。交流会の日程はメーリングリストでご案内させていただいています。お気軽にご参加ください。

場所:  
コムケアセンター(文京区湯島3-20-9-603)  
<http://homepage2.nifty.com/CWS/cws-map.pdf>

2011年2月15日

みんなが安心して暮らせる「シェルター」を考える公開フォーラム実行委員会

内田優子 大西連 菅野綾子 佐川豪 佐藤修 新宅圭峰  
杉原学 鈴木輝子 竹下八郎 中村公平 福山なおみ 藤本純一  
太長根理恵子 水本寛子 宮部浩司 山縣いつ子

自殺のない社会づくりネットワーク・ささえあい

代表: 茂幸雄(NPO法人心に響く文集・編集局代表)  
事務局長: 福山なおみ(群馬医療福祉大学看護学部教授)  
事務局

東京都文京区湯島3-20-9-603 (〒113-0034)

(株)コンセプトワークショップ内

メール: sasaeai@gmail.com

<http://sasaeai.org/>