



特集 ゲートキーパーについて考える

## 10 日間連続電話相談を実施します

3月になり、日毎に春の足音が近づいてきました。

国は、例年月別自殺者数の最も多いこの3月を「自殺対策強化月間」と定めています。この月間の趣旨は、様々な悩みや問題を抱えた人に届く「当事者本位」の施策の展開ができるように、地方公共団体や関係団体と連携して活動を推進することにあります。

関係団体のひとつである当センターでも、国が活動を強化するこの時期にあわせて〈必要としている方に情報を届けたい〉〈苦しい気持ちを抱える人が多いこの時期に窓口を増やしたい〉という思いで、昨年に引き続き、今年の3月も連続電話相談窓口を開設することになりました。

この機会にひとりでも多くの方に当センターのことを知って頂くことによって、自死にかかわる取り組みの輪を拡げるとともに、なにより死にたいほどの苦悩を抱えておられる方々の気持ちを第一に、これからも地道に活動を続けていきたいと思っています。

(相談活動委員長 廣谷 ゆみ子)



### 10 日間連続電話相談

実施期間 **3月23**日(金)～**3月31**日(土)

受付時間 **19:00**～翌朝**5:30**

電話番号 **075 - 365 - 1616**

※相談無料、但し電話代はかかります

# まずは、そっと、そばにいる。

---

## ● G K B 騒動

先日、新聞やテレビのニュースを賑わす出来事が起こりました。内閣府が、今年三月の自殺対策強化月間で使用するキャッチフレーズについて、アイドルグループAKB48をもじって「あなたもGKB47宣言！」としたところ、自殺対策に関わる民間団体や遺族会などから多くの異論が噴出したのです。

「GKB」とは、聞き慣れない言葉ですが、悩んでいる人に気づいて声をかけ、必要な支援につなげる人を指す「ゲートキーパー」、その役割を広く国民に周知させるという意味の「ベーシック」の頭文字をとったものです。従来、ゲートキーパーは、医師や相談員など専門的な援助職の方を意味していましたが、それだけでなく、地域における自殺対策の文字通り「門番」として、一般の人々にも広くその役割を担ってほしい、という発想がキャッチフレーズの意図のようです。

ところが、これに対し、そもそも「GKB」という言葉自体に批判の声が相次ぎました。「アイドルグループを連想させるものであり、自殺を軽く見ている」、「遺族の辛い感情を無視している」など、全国の民間団体から共同の抗議声明が出され、国会で取り上げられるまでに発展しました。そこで政府はこれを撤回し、あらためて「あなたもゲートキーパー宣言！」と修正した上で、現在全国的な啓発活動が行われています。

## ● ゲートキーパーという発想に対する違和感

多くの人に自死の問題に関心をもってもらいたい、という意図は非常に重要なものですが、当事者の声が十分に反映されないものであれば、本末転倒です。「GKB」という言葉のもつイメージは、死にたいほどの苦悩を抱える方を支えるものとしてはふさわしくない、ということはよく理解でき、多くの批判もまたその観点からのものでした。

ところで、この批判と同時に、私が気になったのは、「悩んでいる人に気づき、支援につなぐ」という「ゲートキーパー」という考え方そのものです。第一に、悩んでいる人の存在に「気づく」ことの大切さが語られていますが、気づくことは容易ではありません。もちろん、その方のなんらかの変化に気づくことはきわめて大切です。「私には関係ない」「どうせ大丈夫だろう」と無関心でいることは、孤独感をますます募らせることにつながります。しかし、いくらそうした「変化」に「気をつけて」いても、どうしようもないことが現実にはあります。気づくことを強調しすぎることは、一人一人に決して容易ではない「気づき」という行為を強いてしまうとともに、「気づけなかった」という自責の念を強めることに繋がるのではないのでしょうか。

## ● 悩んでいる人が置いてきぼりになっていないか

第二に、より根本的な問題ですが、「悩んでいる人に気づき、支援に繋げる」は、「悩んでいること」「死にたいと思っていること」そのものを問題視している点です。ある遺族の方が次のように仰っていたことが印象的でした。

気づいてあげよう、つなげてあげよう、という考え方は、自殺を考える人や、家族を亡くし

# 苦悩を抱えている方の気持ちは、一番大切にされるべきは、

てつらい思いをもっている人を、いわば「対策の必要な病人」とみなし、探されているようで、とても辛く感じる。

この言葉は、自死をめぐる様々な支援のあり方について、最も重要な点を指摘しているように思います。「悩んでいる人」を見つけ出し、「つないで」いくことは、一見非常に合理的にみえますが、そうした発想そのものが「悩んでいる人」のありのままの存在を実は尊重していないのではないのでしょうか。たとえ「死にたい」という気持ちに気付いたとしても、その気持ちが大切にされないまま「つなぐ」のであれば、さらなる苦痛を生み出しかねません。「死にたいと感じている人」が、「見張り役である門番（ゲートキーパー）という自殺を止めたいと思っている人」に、今感じている辛さや苦しさを吐き出せるのか、ということ、必ずしもそれは容易ではないように思われます。

## ● 「そっとそばにいる宣言」

考えてみれば、私たちは、自殺対策というと「悩みを話してほしい」、「自殺しないでほしい」、「支援先とつながってほしい」と、苦悩を抱えた方が「動くこと」「変化すること」ばかりを求めてしまいがちです。また、支援者自身も、「気付いたり」「つなげたり」と動くことばかりを考えます。

しかし、そもそもこちらの都合ばかり押し付けることになっていないか、常に振り返らなければなりません。一番大切にされるべきは、苦悩を抱えている方の気持ちなのではないでしょうか。

私は、自死にまつわるさまざまな気持ちが大切にされるためには、まずは静的な「そっとそばにいる」存在が重要だと考えています。そっとそばにいて、いつか、その方が歩き出したいと自ら思ったときに、サポートできる人。何か特別なことをするよりも、まずは、そっとそばにいて、その方の気持ちを受け取ることからはじめたい。GKB騒動をとおして今、あらためて強く感じています。

(副代表 野呂 靖)

## 被災地ノート⑤ 被災地支援活動～仮設住宅居室訪問活動の現場から～

ある女性宅を訪問した時のことです。「大家族で暮らしていたけど、震災でバラバラになってしまったの。全員無事だけどやっぱり辛いわね」と仰います。こんな大きな変化を強いられて、辛くて当然だと感じていたところ、続けて吐露された言葉に複雑な気持ちにさせられました。「でも、私はまだいい方。もっと大変な人がいるからねえ」と。ご自身が辛いというだけでなく、その辛さを周囲と比較せざるをえない、仮設住宅の厳しい環境に胸が苦しくなりました。

震災による喪失体験は様々です。それにも関わらず、周囲の方との比較によって、自らの思いを語りたい気持ちとそれを抑えこもうとする気持ちの葛藤のなかにある方を多く見かけます。復興へと向かう社会の雰囲気強く感じて、悲しみを抱えながらも、それを口に出せず、前向きな表現をとらざるをえない、そんな被災地の雰囲気を強く感じた訪問になりました。

(代表 竹本了悟)

## 今月のことば

人生において重要なのは、しかし、意味を与えることではなく、意味を見出すことなのです。

(V.E. フランクル著『意味への意志』春秋社)

## 活動報告

- 電話相談件数…111件 (2月期)
- 相談活動委員会  
グループ研修 2月15日(水) 10名
- グリーンサポート委員会  
語りあう会 2月9日(木) 8名
- 啓発活動委員会  
啓発活動委員会会議 2月14日(火) 参加者5名  
街頭活動 2月10日(金) 参加者6名

## 寄付ご協力一覧 (敬称略・順不同)

(2012年2月21日～2012年3月30日)

ご協力にこころより感謝いたします

浄土真宗本願寺派  
株式会社エクザム  
葛野洋明  
高丘樹俊  
山田宏晃  
古田久人  
武田慶之  
曹洞宗総合研究センター

小杉瑞穂  
稲田英真  
菊川一道  
渡邊コーポレーション  
加藤真理子  
八尾市・恵光寺  
西正寺  
街頭募金にご協力いただいた皆様

### ●支援方法

賛助会員 年間1口3,000円  
寄付 金額は問いません  
法人会員 年間1口10,000円

### ●会費・寄付金振り込み先

郵便局 ゆうちょ銀行[振替口座] 00950-0-271875  
他行間 ゆうちょ銀行[当座] <sup>ゼロバンク</sup>〇九九店 0271875

### ●現物によるご寄付も助かります

(例) えんぴつ、模造紙、付箋、ホワイトボードマーカー 等

### Sotto コメント

暑さ寒さも彼岸までといいますが、まだまだ寒い京都です。冬物のコートをなかなか脱ぐことができず、重苦しい格好をしています。そんな中、たまたま出かけた堀川で、早咲きの桜が咲いているのを見つけました。ピンク色のやさしい装いに、身も心も軽くなりました。(N.Y.)

## Sotto レビュー

『あさになったので  
まどをあけますよ』  
荒井良二 著 (偕成社)



朝の光をいっぱい浴びて輝く花、カーテンを通して差し込む光の帯、これらが力強いタッチで描かれている。表紙をみただけで元気ができそうな『絵本』だ。

ページを開くと、連なる大きな山々に圧倒される。その下の林の中に小さな家があり、よく見ないと解らないくらい小さな男の子が両手をあげ、窓をあけている。

あさになったので まどをあけますよ

ページを繰ると、その男の子がみている景色がひろがる。明るくなりかけた山、木、畑、家、小川、道、遠くに白い山もみえる。

やまは やっぱり そこにいて  
木は やっぱり ここにいる  
だから ぼくは ここがすき

次のページでは都会の高層マンションで女の子が窓を開けている。下はあわただしい街の朝の風景。そして「やっぱりここがすき」という。ページを繰る毎に、川辺であったり海辺であったりするが、どれも小さい子が窓を開けていて「やっぱりここがすき」という。(ここがわたしの居場所よ) というように。

みなれた風景と変わらない日常が人びとの心を穏やかにしてくれていることに気づかされる。そして改めて、震災や原発事故で家や畑、森や山、ふる里を離れざるを得ない人びとの悲しみ、無念さを思う。(NS)

発行 2012年3月

特定非営利活動法人 京都自死・自殺相談センター事務局  
〒600-8349 京都市下京区西中筋通花屋町下ル堺町92  
TEL 075-365-1600  
URL <http://www.kyoto-jsc.jp>  
E-mail [so-dan@kyoto-jsc.jp](mailto:so-dan@kyoto-jsc.jp)