

自殺対策メールマガジン

第24号 R5年12月


発行: 福島県精神保健福祉センター

〒960-8012 福島市御山町8番30号 5階
TEL:024-535-3556 FAX:024-533-2408
E-mail:je.cj@pref.fukushima.lg.jp

目次

- p.1 お知らせ
- p.2 自殺に関する統計情報
- p.3 【特集】人権教育は自殺対策の取組になる
- p.4 アディクションのページ「依存症と人権について」依存症相談員より
- p.6 編集後記

お知らせ

- **福島県では、LINE相談「こころつなぐ@福島」を開設しています。**
 - 福島県内に在住・通勤・通学している方を対象に、「生きるのがつらい」「苦しい」など、こころの健康に関する悩みを相談することができます。
 - QRコード： <http://www.pref.fukushima.lg.jp/sec/21035c/linesoudan.html>
- **アディクション伝言板（依存症等の自助グループのご案内など）を毎月更新しています。**
 - 県内各地域のアルコール、ギャンブル、薬物などの依存症の本人や家族が参加できる自助グループの開催日時、保健福祉事務所の相談日、精神保健福祉センターで開催する家族教室、回復プログラム（SMARPP）の日程などが確認できます。
 - 当センターのホームページで閲覧可能です。一覧 Excel 版または PDF 版をダウンロードいただけます。 <http://www.pref.fukushima.lg.jp/sec/21840a/ad-0460.html>
- **『社会資源情報ハンドブック2023』をホームページに掲載しています。**
 - 社会参加のための施設・サービス、福祉制度、関連する団体・グループ、相談機関、医療機関を掲載したハンドブックです。
 - データ配布のみです。Excel 版と PDF 版のデータを当センターのホームページに掲載しています。 <http://www.pref.fukushima.lg.jp/sec/21840a/signen-2.html>
- **毎年12月4日～10日は、人権週間です。**
 - 法務省の人権擁護機関では、12月10日の「人権デー」を最終日とする1週間を「人権週間」と定め、毎年、各関係機関及び団体とも協力して、全国的に人権啓発活動を特に強化して行っています。
 - 法務省のホームページに掲載されています。 <https://www.moj.go.jp/JINKEN/jinken03.html>
 - 国が推進すべき自殺対策の指針である「自殺総合対策大綱」では、子どもの人権を守る取組の実施、人権相談、人権侵害の疑いのある事案を認知した場合の対応等に取り組むこととしています。
- **毎年12月は、職場のハラスメント撲滅月間です。**
 - 国民の間に広く過労死等を防止することの重要性について自覚を促し、関心と理解を深めるために設けられています。

- 国が推進すべき自殺対策の指針である「自殺総合対策大綱」では、パワーハラスメント、セクシュアルハラスメント及び妊娠・出産等に関するハラスメントがあってはならないという方針の明確化など、心の健康を支援する環境の整備と心の健康づくりを推進するため、職場におけるメンタルヘルス対策を推進することとしています。
- 令和5年12月15日午前9時から令和6年1月4日午前9時まで、24時間・通話料無料でご利用いただける電話相談窓口（#9999）が開設されます。
 - 誰にも頼れず、ひとりで悩み事がかかえていませんか。つらいときは電話で「#9999」にかけて相談してみてください。内閣官房のホームページに掲載されています。

<https://www.notalone-cas.go.jp/toitsu/>

自殺に関する統計情報

- 福島県内の自殺者数（警察庁発表の統計 令和5年11月末：暫定値より）
 - 発見日・発見地に基づく人数です。
 - 令和5年11月の福島県内の自殺者数は20人で、前年同月より15人減でした。
 - 今年1～11月の自殺者数の累計は363人で、昨年の同期間と比較して3.71%増です。
- 警察庁の自殺統計
 - 毎月の自殺者数（暫定値）は警察庁のホームページに掲載されています。
<https://www.npa.go.jp/publications/statistics/safetylife/jisatsu.html>
 - 厚生労働省では、警察庁が取りまとめたデータの提供を受けて資料の作成を行い、「地域における自殺の基礎資料」としてホームページに掲載しています。
<https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000140901.html>
- 11月14日、自殺関連指標を計算するための Excel シートを一部修正しました。
 - 「上書き保存」の操作をしないと自殺者数などが表示されない状態になっていました。
※ 計算方法の設定が「手動」になっていたことにより生じる現象です。
 - 計算方法の設定を「自動」に修正しました。（データに修正や変更はありません。）
 - ①または②の方法で、全ての Excel シートの計算方法の設定が「自動」になっていることを確認の上、操作してください。

① 「オプション」→「数式」から



② ツールバーの「数式」から



【特集】人権教育は自殺対策の取組になる

学校では人権教育が行われています。社会や公民の授業、基本的人権の尊重、日本国憲法、児童の権利に関する条約（子どもの権利条約）など、思い浮かぶと思います。



人権や人権擁護に関する知識を学び・理解することだけが人権教育ではない、ということをご存じでしょうか。

平成 20 年（2008 年）3 月、文部科学省から「人権教育の指導方法等の在り方について〔第三次とりまとめ〕」が公表されました。このとりまとめでは、

「知的理解と人権感覚を基盤として、自分と他者との人権擁護を実践しようとする意識、意欲や態度を向上させること、そしてその意欲や態度を実際の行為に結びつける実践力や行動力を育成することが求められる」

としています。

人権教育は、知的理解と人権感覚の 2 つが土台となるということです。「知的理解」は授業で習うような内容がすぐに思い浮かびますが、「人権感覚」はどのようなものでしょうか。

とりまとめから引用すると、人権感覚について下記のように書かれています。

- ・ [自分の大切さとともに他の人の大切さを認めること] ができるために必要な感覚
- ・ 繰り返し言葉で説明するだけで身に付くものではない
- ・ 自らについて一人の人間として大切にされているという実感を持つことができるときに、自己や他者を尊重しようとする感覚や意志が芽生え、育つことが容易になる

人権感覚は、条件付きの愛情や評価・承認に左右されるものではありません。ありのままの自分が一人の人間として大切にされる実感を持つことができている人はどれくらいいるのでしょうか。

自分の要求を一方向的に主張したり押し通すことは「自分は大切な一人の人間（要求が通っても通らなくても自分の価値は変わらない）」という人権感覚が身に付いていない行動です。

いじめ、虐待、ハラスメントや不祥事などの様々な社会問題も、「いじめはよくない」「虐待や体罰は許されない」「〇〇ハラスメントの定義と罰則」「不祥事案発生の影響」などの知的理解だけでは、自分事として防止できる態度を育むには不十分です。

「他の人の立場に立って考えることが大事」と言われることがありますが、人権感覚を踏まえて考えると、他の人の立場に立って考えることは、他の人の立場や考えを尊重する態度であり、そのためには、前提として「自分が一人の人間として大切にされている」という実感を持てているか？に焦点を当てることが重要と考えられます。

人権感覚は言葉で説明して知識を伝えるだけで身に付くものではありません。日々の接し方など日常的な行動で伝え続けていくことが大切です。

政府が推進すべき自殺対策の指針として定められている自殺総合対策大綱では、人権相談の実施、「子どもの人権 SOS ミニレター」などの子どもの人権を守る取組を行うこととしていますが、人権教育を行っているからこそ、自分の人権を守りたいと思い、人権を守るために相談することが必要だと認識し、相談できるのです。

人権教育で「人権感覚」が生まれ身に付くことで、何らかの問題に遭遇したときに自分も他の人も傷つけない対処方法（自分も他の人も大切にできる解決方法）を考えることができるようになります。自分も他の人も傷つけない対処方法は、「適切な対処行動」であり、「生きることの促進要因」を増やすという意味で自殺対策の取組の実践だということを、多くの人に知っておいていただくと嬉しいです。

引用・参考

文部科学省『人権教育の指導方法等の在り方について[第三次とりまとめ]』第1章、平成20年3月

https://www.mext.go.jp/b_menu/shingi/chousa/shotou/024/report/08041404.htm

アディクションのページ「依存症と人権について」 依存症相談員より

若者などの乱用を防ぐため、大麻「使用」禁止を盛り込んだ改正大麻取締法が、先日の12月6日に参議院で可決、成立しました。

このように大麻取締法が改正された背景には、社会の中に、罰を与えることで危険な薬物を使用しなくなる、支援につながるができるようになる人が多いからだと思います。それだけでなく薬物使用の当事者でさえそれを正しいと信じていることもあります。厳罰により強制的に支援につながっても、必ずしもすぐ良い結果に結びつくとは限らず、その影響で命を落とすという悲しい結果になってしまうことがあることも事実です。

私自身、これまでは、依存症だと思われる人が相談に来た時に、本人の意向にかかわらず支援につなげる方がいいことだと思っていました。しかし当事者の人権を尊重する観点からすると、まずは本人の希望を丁寧に聞き取り、何が必要なのか、今できることは何か、一緒に考えることが大切だと思います。

当センターでは昨年からネット・ゲーム依存症の家族ミーティングを開催しています。

家族ミーティングと一緒に参加しながら、私も幼児の親なので、子どもたちがずっとネット（YouTube）を見ているのは嫌だな…でも家事をしているときはネットを見てもらうと楽だな…まわりはそろそろゲームをやっている子もいるみたいだけど、ゲームは何歳からやらせる？ということを考えています。親としては、ネットやゲームをするよりは、絵本や図鑑を見る、おもちゃで遊ぶ、外で走り回って遊ぶということをして欲しいと思っています。また、健康のために、子どもの将来のためにという思いや不安が先に立ち、子どものすることを一方的に決めてしまうことも多くあると思います。その一方で、自分自身のことを振り返ってみると、スマホのスクリーンタイムは平均5時間…とかなり長時間使用しており、私自身のネットの使い方に危機感を覚えることもあります。



2020年、香川県がゲームなどの依存症対策として全国で初めて施行した「ネット・ゲーム依存症対策条例」は18歳未満の子どものゲーム使用について、「平日は60分まで」などと目安を示し、保護者に対して利用時間のルールを定めるように求めました。この香川県の条例について、高校生だった男性らが、「権利を必要以上に制限され憲法違反だ（ゲームの利用時間は本来自分で決めるべきで、憲法で保障された自己決定権やプライバシー権の侵害）」と訴えた裁判で、裁判所は条例の目的は合理性があり、憲法に違反しないと判断し、男性の訴えを退けました。裁判では、ゲームの使用時間を定める条例は憲法に違反しないという判断は出たものの、裁判の中で、この条例を作成するメンバーに本人（ゲームをすることがある18歳未満）が入っていないことがおかしいとの主張がありました。

これと同様の主張は上記の大麻取締法の改正案にあたり「大麻規制検討小委員会 議論のとりまとめ」及びそれまでの小委員会の議事録と資料に関してNYAN日本アドボカシーネットワークが厚生労働省に対して意見書を提出した中にも記載されていました。以下はその一部の引用です。

- ・**当事者不在:**とりまとめに関わった小委員会委員のなかには、大麻使用・依存の当事者としての有識者が含まれていませんでした。当事者が委員に選ばれていないことは偏った委員構成であると考えます。当事者のなかに有識者がいないと捉えるのであれば、そうした認識は偏見に基づくと考えられます。今回の委員構成は、諮問委員会において、当事者専門家の参加は必須であるという先進諸国をはじめとする国際的な動向・水準に則していないことを示しています。
- ・**当事者を尊重する政策を:**私たちは大麻の使用が有るか無いかではなく、人の健康や生活の質の維持・向上が大切と考えています。人を尊重する向き合い方をすることで、社会全体がより暮らしやすくなるような政策を創設できるのに、そうした政策は採用されず、厳罰政策が維持されそれゆえ社会的スティグマも依然根強く、薬物使用により排除された、もしくはされそうな人たちへの親切な支援には十分な理解もなく予算もつかず、民間団体が資金をかき集め地域で草の根で必死に支援活動を続けています。それにもかかわらず、そうした活動に関わる当事者を含む援助職らの声はほとんど聞き入れられないことに、憤りを感じています。使用罪を創設する必要はなく、とりまとめ文書内の「再乱用防止及び社会復帰支援について」（12-13頁）を見直し、地域社会における支援をより豊かにするためのネットワークにもっと積極的に財政支援をおこない、その充実化に注力するべきだと考えます。

(NYAN 日本アドボカシーネットワーク <https://nyan-jp.net/> 2023.11.16 の記事)

10年以上前、ダルク女性ハウスの上岡陽江さんは、海外の人権団体から「日本の薬物問題対策は人権侵害ではないか」と言われたそうです。

上記のように、依存症と人権の問題は昨今少しずつは取り上げられるようになってきましたが、社会の意識はまだまだ変わりにくいところがあります。しかし、いろいろな立場で声をあげ、活動している人たちは確実に増えています。その活動が今後の人権の問題を解決していく方向にほんの少しずつでも導いてくれることを願うとともに、私自身も人権の問題に対する意識を持ち続けたいと思っています。



編集後記

自殺対策メールマガジン第 24 号はいかがでしたか？ 自殺や依存症などの精神疾患に対する偏見をなくすためにも、正しい知識を伝える知的理解だけでなく、人権感覚の面からのアプローチも忘れてはならないと思います。次号は「生きることの促進要因」をとりあげる予定です。ぜひご覧ください。

(自殺対策連携推進員 上里)