

## 高知県のいの町 自殺対策の取り組み

山本 景子 (いの町ほけん福祉課・保健師)  
下川 優子 (いの町ほけん福祉課・保健師)

### 講演内容

いの町は、高知県の中央部に位置し、土佐和紙発祥の地として四国で最も透明度の高い仁淀川の美しい流れとともに育まれてきました。人口は、21,281人、高齢化率は40.7%です。(令和5年8月末時点)。

本町の自殺対策の取り組みは、平成28年の自殺対策関係機関連絡会(現在は自殺対策ネットワーク会議)発足から始まりました。平成31年3月に策定した「第一期いの町自殺対策計画」では、多機関連携の体制が、継続した仕組みとなるよう位置づけること、また「SOSの出し方教育」をはじめとする児童・生徒を対象とした新規事業、自殺未遂者等への相談支援体制の充実を掲げてきました。

#### ・子どものころからの支援(SOSの出し方教育、児童思春期地域ネットワーク会議)

「第一期自殺対策計画」を策定した当初から、若年層への自殺対策として、「SOSの出し方教育」の必要性が謳われていました。当町がこの取り組みをスタートしたきっかけは、「自殺対策ネットワーク会議」に出席していた当時の中学校の校長先生が、「社会に出たら厳しいが、その社会の中には様々な相談窓口がある。そのことを義務教育のうちに子どもたちに伝えておくことは生きる力をつけるために非常に重要なことだ」と理解を示し、授業実施に多大なご協力をいただいたことでした。令和元年にはモデル校として実施し、令和5年8月時点までに小中学校で29回、のべ406名の児童生徒に向けて保健師が学校へ出向いて授業を行いました。

このような子ども達に対する取り組みが始まったことをきっかけに、学校やスクールソーシャルワーカーとのやりとりや相談が増え、支援者が各々で頭を抱えるのではなく、共通認識を持って役割分担していくと同時に、児童思春期のケース対応ができるスキルを支援者一人ひとりが身につけていきたいという思いから、教育委員会事務局とも連携しながら「児童思春期地域ネットワーク会議」を令和4年から立ち上げました。高知県精神保健福祉センター、高知大学医学部児童青年期精神医学の先生方にお力添えいただき、年間3~4回の事例検討会を開催し、家族全体をみる視点を持ちながら、子ども達をすこやかに育てていくために地域にできることを、日々学んでいる最中です。

#### ・多機関との連携

多機関との連携の要である「自殺対策ネットワーク会議」は、現在も年間3回(全体会1回、実務者会2回)継続しており、町の現状や課題、自殺対策に関わる町の取り組みの周知、自殺対策に関する勉強会、意見交換の機会として開催しています。参加者の入れ替わりはありますが、繋がりが途切れないよう組織として参加を依頼することで日頃から相談しやすい顔の見える関係を構築することも重要な目的のひとつです。

会議の場をきっかけとしながら、消防、警察、医療、学校、労働、法曹、福祉、農商工など、様々な立場の方々と繋がることは、自殺対策の取り組みを進めながら、「地域づくり」を展開していくうえで、大変心強いことでした。それぞれの職種の強みを活かしながら、思いがけない輪が広がったことで、新

たな取り組みが始まったことは後に述べていきたいと思います。

### ・いの町市町村プラットフォーム

本町では、「自殺対策ネットワーク会議」を発足させる以前の平成23年から、「ひきこもり支援」にも取り組んできました。高知県ひきこもり地域支援センターの助言を受けながら、年間5回の事例検討会を行い、「診断ではなく、何が本人を苦しめているのか」を見立て、支援の方向性や見通しを確認していきます。家庭、学校、職場、社会の中で傷ついた経験をいくつも重ねてきた事例も多く、何でもない会話の積み重ねから相手の思いに寄り添うことを重視した保健師の地域保健活動として、脈々と受け継がれています。

この「ひきこもり支援体制」と、「自殺対策ネットワーク会議」を合わせて「いの町市町村プラットフォーム」として位置付けることで、それぞれの事業がバラバラに展開されるのではなく、自殺、ひきこもり、思春期のメンタルヘルスの課題、障がい、経済的困窮、依存症など、その多くが共通して抱える「生きづらさ」への支援を、常に「地域づくり」という視点で模索してきました。

### ・生きづらさを抱えた方への支援、居場所の創出

自殺未遂、希死念慮、ひきこもり、生活困窮など、複合的な要因から生きづらさを抱えた方の孤立を防ぎ、人と出会い、喜びを感じ、役割を担える機会を創造していきたいという思いから、令和3年頃から様々な職種の方との繋がりが輪となり広がったのが「農福連携・紙福連携」です。生きづらさを抱える方々が、農業分野やいの町の伝統ある土佐和紙産業分野で活躍することを通して、自信や生きがいをもって多様な形で社会参加していく取り組みです。実際に、地元農家さんのお手伝いに短時間ですが、継続して通えるようになったり、いの町社会福祉協議会が運営する「あったかふれあいセンター」でお茶を飲みながら土佐和紙の原料となる楮の加工作業（へぐり）を行ったりと、各々が自分で決めた時間に来て、無理せず自分らしく過ごしています。先に述べたように、土佐和紙はいの町の伝統産業であり、町内に住む多くの高齢者が、「子どもの頃にやったことがある、祖母が家でやっていた」と語る暮らしに根付いた文化でもあります。「あったかふれあいセンター」の集いに参加する高齢者が、懐かしさから声をかけたり、一緒に作業をしたりする穏やかな時間も、思いがけず生まれた貴重な機会であると感じています。

「市町村プラットフォーム」など日頃からのネットワークで、自然と繋がった人や話題、タイミングや共通した困りごと、それらがちょうどマッチしたことで、生きづらさを抱えた人々の心地よい居場所や就労といった広がりを見せ、同時に農業や紙産業の後継者や担い手不足解消の一助となりました。まだスタートして間もなく、受け入れ先や作業内容も限られていますが、今後は、連携できる職種や作業が増え、選択肢が広がると良いなと考えています。一方で、受け皿の確保だけでなく、一人ひとりの気持ちに寄り添う心のケアも大切です。孤独や不安な気持ちに気づき、共に考え悩むこと、一緒に何かを楽しむこと、本人が安心できる人を増やすこと、そのような、やりとりそのものが孤立や不安の軽減、そして本人のより納得できる生き方に繋がるのではないかと考えています。生きづらさへの支援や自殺対策など事業としての展開と、一人ひとりへの心のケア、この両方を大切にしながら、今後も取り組みを進めていきたいと思います。