

KSKS

ゆいゆい通信

No.111

21.2.27



編集人 社会福祉法人 寧楽ゆいの会
〒631-0823 奈良市西大寺国見町3-5-5
TEL/FAX 0742-41-6039
URL <http://narayuinokai.or.jp>

定価 1部50円
年間 300円

◆卷頭言

「政策に关心を」

… 1

理事長 中舎有子

◆News

◇天理市ゲートキーパー研修

… 2

◇西大寺北地区の取り組み

… 3

◇みんなの防災講座

◆Reports

さわやぎ／きらく

… 4

ぼすと／歩っと

… 5

こもれびB型／こもれび地活

… 6

こもれび生訓／D-PORT

… 7

法人研修

… 8

◆Thanks

後援会費納入者

… 8

政策に关心を 経過の記憶を引き継ごう

今年は、「おめでとう」とあいさつすることがためらわれるような年明けになりました。

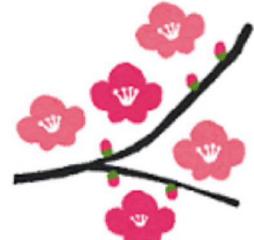
先日、新型コロナに感染した女性が自死した、と報じられていました。女性は自宅で療養中だったそうですが、「娘にうつしてしまったのではないか」というメモが見つかったとのことです。「感染するより世間の目が怖い」という声もあります。

感染した人や濃厚接触者となった人への差別・偏見についての報道には、辛い気持ちになります。感染したことや濃厚接触者になったことは、個人だけの責任でしょうか、罪でしょうか?

感染症報道の初め頃から、ヨーロッパの国々に比して、PCR検査数が少なすぎる、保健所はもっと検査数を増やせないのか、という批判が出ていました。現在も入院の調整や体調の確認、感染経路の調査などで、マンパワー不足が報じられています。また感染拡大による医療崩壊を防ぐために、緊急事態宣言を余儀なくされるほど、急性期病床が満床になっているようです。

私たち国民・県民があまり関心を持たなかった間に、保健所や公立病院が統廃合されて、数が減らされました。保健所は、保健所法が1994年地

域保健法に改正され
て以降、現在では全
国で約半数になっ
ています。奈良県でも
1カ所減っています。
(2015年2月桜井保
健所と葛城保健所が
統合され中和保健所に。)



公立病院の方は、2019年に厚労省が「再編成の検討を要する」424の公立・公的医療機関の病院名を公表しました。2014年に成立した「医療介護総合確保推進法」で都道府県が策定することになった「地域医療構想」が関係します。「2025年問題(団塊の世代が75歳を迎える、超高齢社会に突入することで起きるとされている問題の総称)」を乗り越えるためと説明されていますが、医療費削減=病床数削減も目的だといわれます。先日の報道では、再編成が必要とされたこれらの病院が、新型コロナの医療提供に貢献しているとのことでした。

保健所法から地域保健法に改正され、地域医療構想が作られたのは、感染症が克服したと考えられ、これからは高齢者の介護の問題と考え始められた時期ですが、長期になりそうな新型コロナへの対応には、再度、保健所や医療体制を検討する必要がありそうです。私たちも、収束していく過程をも、忘れずに記憶しておきたいと思います。

(中舎有子)

News

実態を知り、リスクを学ぶ コロナ禍で変化する自殺

「去年までと違う自殺をめぐる緊急性や事実をまず知ってもらいたい。そして、今日聞いた話はできるだけたくさんの人々に話してほしい」と研修はスタートしました。講師は帝塚山大学心理学部心理学科教授で“いこまカウンセリングルームこころ”代表の神澤創(かみざわつくる)さんです。テーマは「気づく」「聴く」「つなぐ」「見守る」。

天理市保健センターで2月5日(金)に行なわれたゲートキーパー養成研修。天理市が2019年から主催し、今回が3回目です。2回目までは市職員が対象でしたが、今年度は地域の民生・児童委員、包括支援センター職員、精神障がい者家族会員などを対象とし、26人が参加しました。天理市では、高齢者、生活困窮者の自殺率が高く、家族同居者に多いという自殺の特徴があります。企画した市健康推進課の保健師、奥本久美子さんは「将来的には様々な分野の関係者や、一般市民、PTAなどにも研修の対象を拡げていけたら」と話します。

“ゲート”は自殺、死に至る『門』で、ゲートキーパーはその門の前に立ちはだかって守る人のこと。

▼自殺者の実態・動向

色々な理由で自ら死に行く人が日本で年間約2万人、令和2年は2万919人です。世界中では40秒に1人、年間80万人～85万人が自殺していると言われています。令和2年1月～6月の国内の自殺者数は前年同時期より少なかったが、7月からは急激に前年比増に転じました。令和2年は前年より男性の自殺が減少し、女性の自殺が増加したことが特徴。

令和2年の前半は、不安や緊張があり、悩みながら自殺は抑止されていた人も多かったのではないか。人間はなぜ自殺するのでしょうか?…「不安が絶望に変わった時に死ぬ」と哲学者のキエルケゴールは言っています。昨年前半は不安状態や緊張状

態が自殺を防いでいたのかもしれません。戦争や大災害が起きると、自殺は少なくなることが歴史的にわかっています。残念だが、コロナはまさにそうした災害だったと専門家の中でも話があります。

令和2年10月には前年比増500人超と全国で最も自殺者が増えました。有名人が亡くなったことも多少影響していると思います。「マスコミ誘導型自殺」や「群発誘導型自殺(クラスター)」と呼ばれます。WHOもメディア用のパンフレットまで作って報道を慎重にするよう呼び掛けています。自殺を美化するような、あるいは具体的な内容や方法を提示するようなことはいけないと書かれていますが、マスコミは守りません。

▼『取り越し苦労』が大切

自殺対策で大切なことは『取り越し苦労』。死んだ人は生き返らないからです。人が人とつながっている間、話している間は、人は死にたいと思わないのではないかでしょうか。それが最も大切です。そして自殺リスクのサインについて学ぶことがゲートキーパー研修の目的です。

自殺の一番の危険度は「『その時点』での希死念慮」。気になる人に声を掛けて「自殺したいと思っているか?」としっかりと聞くことが大切ですが、これがとても難しい。だから、練習が必要で、知識や情報も大切です。

子どもと大人では衝動性に違いがあります。10人に4人の子どもはこれまでに死にたいと思ったことがあるという調査結果があります。10歳～19歳の若者の自殺死亡率は若干増加傾向です。背景には常に複数の要因があり、多様な経路で自殺に至っています。

「奈良県の自殺率は全国でも最も低いランクにある。過去20年間に5回くらい47位になっている。人の命を守れるのは地域の人たち。学者や有識者ではない。事実を知ってもらって、自殺の増加を食い止めるために、ぜひ地域の専門職や民生委員の方には力を貸してほしい」と神澤先生は話します。

(泉水宏仁)

月別自殺者数 (※警察庁ホームページから)

	年間	1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月
全 国	R1	20,169	1,684	1,615	1,856	1,814	1,853	1,640	1,793	1,603	1,662	1,539	1,616
	R2	20,919	1,680	1,454	1,751	1,504	1,585	1,570	1,858	1,917	1,872	2,199	1,835
奈 良 県	R1	225	13	16	20	26	24	18	22	17	17	9	22
	R2	201	16	6	13	13	14	10	30	24	17	15	20

News

「見守り隊」で地域活動 NPO法人あず

「おかえり」「さようなら」「気を付けてね」。ある木曜日の16時前、下校する小学生にNPO法人「あず」(奈良市西大寺北町)のスタッフとメンバーが声をかけます。西大寺北小学校の児童50人ほどが10分程度の間にどんどん通って行きました。目立つ格好で同じ時間に立ち続けることで、誰かが見守っているという印象が強くなり、防犯や交通安全につながります。

「あず」が立ち上がった2018年、地域と一緒に活動できることはないかと、毎年行なわれている地区の防災訓練に参加しました。防災訓練には、中学生のボランティア、地域にある企業や病院、高齢者・障がい者関係事業所などが参加しています。西大寺北小学校の校庭で、AEDや担架の使い方、車いすの押し方の体験ブースが設けられ、後半は体育館で参加団体の発表があります。「あず」からは、メンバーとスタッフが「統合失調症とは」などの発表をしました。

防災訓練の準備会議で西大寺北地区自主防災防犯会の森正会長に出会いました。下校時の見守

りは、「障がいがある人にも、できることをしてもらって、地域を盛り上げていきたい」という思いを持っている森さんの提案で、2020年12月に始めました。

「あず」のスタッフの田村亮子さんは「まだ始めたばかりで、曜日の固定もできていないが、地域とのつながりを続けていきたい」、メンバーの井澤玉穂さんは「障がいを持っていても、できることはできる。地域の中で後方支援をしたい」と話します。

(江端いず穂)



目に留まるオレンジ色のジャンパーで見守り

Reports

災害時は「食べる」より「出す」優先

伏見公民館(奈良市青野町)主催の講演会「考え方! みんなの防災 災害時のトイレ事情」が1月16日に行なわれました。講師は、防災士・上級食育指導士の松田享子さんです。

日本は地震大国と言われており、奈良県には、南海トラフ地震を引き起こす可能性がある奈良盆地東縁断層帯があります。いつ地震が発生しても対応できるように防災グッズを備えておくことが大切です。中でも携帯トイレや簡易トイレ(※)は重要な役割を果たします。

人は、睡眠・食事は我慢できますが、トイレは我慢できません。我慢できる限界は平均6時間だと言われていますが、トイレを我慢すると命に関わります。「避難所のトイレが混んでいてなかなか行けない」「汚いから我慢する」「トイレに行きたくなるので食事を控えようとする」ことで身体に悪影響を起こし、脱水や低体温、免疫力の低下によって風邪

やノロウイルスを発症することもあり、最悪の場合、死に至ることもあります。災害が起きたときに、ふだん通り排泄ができるよう、携帯トイレや簡易トイレの備蓄が大切です。

人は平均1日5回トイレに行きます。仮設トイレが避難所に設置されるのに1週間程度かかるため、1人35回分が備蓄の目安です。

(藤原美里)

※携帯トイレ:持ち運びができる小型のトイレ。「凝固剤タイプ」「防水シートタイプ」などがある。

簡易トイレ:段ボールで組み立てるもの、断水した便器に凝固剤シートを取り付けて使用するものなどがある。

災害時のトイレ関連動画
国土交通省政府チャンネル
「災害時のトイレ、どうする?」
https://youtu.be/QibdGdP8_oA