

VOL.81

2014

SUMMER

川崎いのちの電話

Kawasaki inochi no denwa

ひとりで悩まずに ☎ **044-733-4343**

CONTENTS

特集

「若者の自殺はなぜ増え続けるのか —“就活自殺”の背景を探る—」

清水 康之さん ライフリンク理事長

本の紹介 「自殺のない社会へ」

相談員リレーエッセイ ほっとひといき

2014年1月～4月の電話相談受信状況

インフォメーション

■ こころの健康セミナー 10月14日開催

講演 平野 啓一郎氏 (作家)

「ゲートキーパー講座」 張 賢徳氏 (帝京大学溝の口病院 精神神経科教授)

■ フリーダイヤル自殺予防講座 9月19日開催 張 賢徳氏

自殺予防 いのちの電話

☎ **0120-738-556**

毎月10日・24時間無料です
(午前8時～翌朝8時)

社会福祉法人 川崎いのちの電話

特 集

若者の自殺はなぜ増え続けるのか —“就活自殺”の背景を探る—

NPO法人・ライフリンク代表 清水 康之 さん

海外と比べても異常に多い若者の自殺

なぜ若者たちが自殺で亡くなっていくのでしょうか。経済的な背景を見てみます。自殺で亡くなる人の数が3万人台を超えた98年の前年には、消費税が3%から5%に上がりました。景気が腰折れし、大手の金融機関が相次いで破綻しました。失業率も98年に4%台、01年には5%台にのりました。企業は正社員数を減らし始め、今では若者の労働者の3分の1が非正規で働いています。大学を出れば何とかかなという時代ではなくなっています。

06年に自殺対策基本法ができて、08年ころから市町村に自殺対策がおりていき、取り組みが広がっています。12年には15年ぶりに年間3万人を下回り、13年も2万7283人で12年より2.1%減りました。

しかし、若年世代の自殺率は高止まっています。98年の自殺死亡率を100とすると、20代は09年と11年に130を超え、12年は123でした。実際の自殺者数は中高年のほうが多いのですが、30歳以上の各世代は100を割ってきています。海外と比較しても日本の若い世代の自殺は異常で、先進7カ国の中で、15～34歳の死因の1位が自殺なのは日本だけです。

面接で初めて「あなたは」を問われた

たかが仕事が見つからないで、なぜ死のうと思うのでしょうか。ライフリンクにインターンできている大学生4人に尋ねたところ、4人とも理

解できると言いました。「自分たちは小さいころから周りの目を気にしてきた。いじめにあわず、仲間はずれにされないようにと、怯えながら生きてきた。キャラを演じる。そこに留まれるのか。先生の評価も気になってきた。意欲的だと思われなければと、顔をうかがうようになり、先生の評価にも怯える。学校の評価が家族での評価に直結しているので、常に周囲の評価に怯えて生きてきた」と。

やっとの思いで大学に入ったら、就活が始まる。そこで、「あなたの将来の夢は何か」と聞かれる。初めて、「あなた」を問われたと言っていました。それまではずっと、「周囲と同じようにしていなさい」と言われ続け、そのとおりにしてきたら、就活で初めて「あなた」を問われたと。内心は「そんなものあるわけないだろう!」と言いたいのですが、そう言うとは絶対に面接で落とされると分かっている。だから、その場においても、「なんて答えたら評価してもらえるだろうか」と、面接官の評価に怯えながら答えてしまう。

死にたいより消えたい、 消してもらいたい

そうやって就活で30～50社、多いと100社回る。そして、どこもあなたが必要だと言ってくれない、すべてにいらないと言われたら、学生たちは「話が違うじゃないかと思う」と言うのです。言われたとおり生きてきたにもかかわらず、あなたはいらないって、「一体どういうことだよ」と。

近年、20代の自殺率は世代別で最も上昇しています。就職活動(就活)がうまくいなくて自殺する若者が増え、2012年は約150人に上りました。5年前の2.5倍です。「就活自殺」という言葉も生まれました。未遂者は自殺者の10～20倍だといわれ、150人というのは氷山の一角だと言えます。ライフリンク代表の清水康之さんのお話を通して、なぜ若者は死を選ぶのか、死を思いとどまらせる方策はないのかを、考えてみたいと思います。

大人の責任を感じた。死にたくて死んでいるのではない。ばかばかしい、生きるのをやめたくなる思い。生きる意味が見いだせない。死にたいより消えたい、消してもらいたいとつぶやく。死ぬと親に迷惑がかかる。消えるのなら、迷惑をかけないかもしれない。自分ではその気力がないから消してもらいたい。今の若者が自殺しようとする気持ちを象徴しています。

そうした学生たちの気持ちに迫ろうとして、若者から直接聞き取り調査をしました。13年3月に121人、7月に122人の計2回。「就活開始後に本気で死にたい・消えたいなどと考えたことがあるか」という問いに、「ある」という希死念慮が21%(7月調査)。「あなたが抱く日本社会のイメージに近い方に○をつけて」では、「正直者が報われる」31%、「バカを見る」69%(3月・7月調査)。いざという時に「援助してくれる」35%、「何もしてくれない」65%(3月調査)。日本社会に強い、高い不信感を抱いています。

就活を「ルールが分らないまま1人で参加するゲーム」「ゴールの見えない山登り」「うつ病発症活動」などと、たとえています。

お祈りメールとサイレント

「就活について納得できないこと」では、「お祈りメール(注)やサイレントなど企業側の不誠実な対応」「学歴フィルターによる水面下での振り分け」「セミナーと称した面接会の実施など選考過程における企業のルール違反」といっ

た意見がでました。サイレントとは、不採用通知すら送られてこないことを言います。7月の調査では、1人あたり平均4.8回のサイレントを経験、5人に1人は10回以上のサイレントを経験しています。

学歴フィルターというのは、全ての学生に公平に開かれた採用をうたいながら、実際は大学名によって優遇や差別があることを言います。

お祈りメール

各位

ご清栄のことと存じます。

この度は〇〇〇社の2014年新入社員採用の募集にあたり、エントリーシートを登録いただき、誠にありがとうございました。選考を重ねた末、残念ながらご期待に添えない結果になりましたことをご連絡いたします。

今回、弊社の予想をはるかに上回る多くの方にご応募をいただいたため、担当者一同、大変、苦慮した結果であることをお伝えします。

今後の就職活動のご成功をお祈りいたしております。

本メールに返信していただいても受け取れませんのでご注意ください。

〇〇〇社人事室

3つの提言

ライフリンクは13年10月、公正な就活の実現に向けて、3つの提言をしました。

- (1) 採用活動における企業の「二枚舌」を禁止する
- (2) 「働くことについて考える機会」を小中学校・高校で段階的に設ける
- (3) 就活生が相談しやすい環境を作る

万能薬はありません。就活の「成功モデル」も大切だが、うまくいかない時にどうするかが重要です。学生はどう助けを求めればいいのか分らない。就職だけでなく、「失敗からの回復モデル」を伝えきれていないと実感します。小中高と学校とのつながりが深い時期に、「働くことについて考える機会を設ける」ことが大切です。その時には、問題解決の方法や窓口が頭に残らな

いかかもしれないが、仮に残らなくても実社会に直面した時、助けを求める先を学校で聞いた、「助けを求めれば何とかなる」という世界観、ライフスキル(ストレスや困難に直面したときの対処能力)を伝えていけばいいと思います。「助けてくれない」という考えを逆転させる。大人が駆け込み場所の受け皿になる必要があります。

(2014年1月12日、仙台市で行われたライフリンク代表・清水康之さんの講演を、広報部が原稿にし、その後清水さんに加筆していただきました)



清水 康之さん

国際基督教大学(ICU)を卒業後、97年NHKに入局。2001年10月に放送した「お父さん死なないで～親が自殺 遺された子どもたち～」の取材を通して自死遺児の子たちと出会い、自殺の問題と向き合うきっかけを得た。自ら自殺対策の「つなぎ役」「推進役」を担おうと、仲間たちと自殺対策支援センター、ライフリンクを03年10月に立ち上げた。42歳。



本の紹介 「自殺のない社会へ」

「自殺のない社会へ」(有斐閣)が2013年6月に出版されました。この本は、自殺防止策を紹介したものではなく、データを駆使して自殺の原因を探り、自殺防止に国・地方自治体の政策介入が必要なことを証明しています。筆者のひとり澤田康幸・東大教授は「自殺の背後にある社会経済的要因に目を向けた。エビデンス(科学的根拠)がないと、啓発活動など比較的实施が容易な事業に偏る傾向が強い」と話しています。主な内容は次のとおりです。



(価格は2300円+消費税)

- ▽ 親を自殺で亡くした未成年者は、親が健在な若者より自殺するリスクが3倍高い。この「負の外部性」は、行政が自殺対策を行う根拠となる。
- ▽ 日本では所得格差によるスティグマ(汚名)がより強い。男性の場合、失業率が1%上昇すると10万人あたり25人の自殺者が増加する。
- ▽ 名古屋市は10～12年度にうつ病の内容や相談窓口を書いたパンフレット「こころの絆創膏」を、80日間に街頭で25万個を配布。地下鉄にステッカーを貼り、ラジオでも紹介し、「こころの絆創膏」のホームページでも紹介。配布した月と1カ月後には自殺件数に変化がなかったが、2、3、4カ月後には自殺が減った。5カ月後には効果がなくなる。
- ▽ 首都圏の鉄道の11駅に自殺防止のため青色灯を設置すると、自殺者が83%減った。
- ▽ 09～11年度までの自殺対策基金の事業総額が10%増えると、自殺率は0.234%低下する。
- ▽ 「いのちの電話」への言及もある。電話相談に対する需要が高いのに、国の補助が不足しているために、相談員の個人的負担を伴いながら民間団体が相談事業を行っている。「電話相談の効果を測定し、相談事業の質の向上と国の補助による規模の拡大を行うべきだ」と指摘している。

ほっとひといき

— 相談員のリレーエッセイ —

母になって

子宝に恵まれず、やっと授かった一人娘。その娘が2年前の4月、大学生になった。懸命に勉強すれば「大学」には入学できるが、「就職」はなかなか容易ではない。現在は就活塾まで出現する。お化粧品術やお辞儀の仕方まで教えるらしい…。大変な時代である。

娘の先輩にあたるお嬢さんが生命を絶った。就活がうまくいかなかったそうだ。いのちの電話にも、就活がうまくいかず電話をかけてくる掛け手がいる。呼吸困難になって泣きながら何かをやっと話してくれる。

従妹の娘は就職先が決まらないまま卒業した。摂食障害になった。友人は内定のもらえない息子を大学院に進ませたが、カウンセラーの援助を受けている。

数十年前、私は意気揚々と夢を抱いて志望の会社に就職した。が、夢と現実のギャップに苦しみ通勤できなくなって自己嫌悪と疎外感に陥り、大きな挫折を味わった…。

娘が就活を迎える。危機感のない娘だったが、大学入試時にはなかった真剣な眼差しに必死さが伝わってくる。数十年前の私の挫折体験を娘に話すつもりはない。しかし、娘が働きたいと思っている企業が、かつて私が勤務し挫折した会社であることを知った時、私は動揺した。母と子の因縁を感じた。娘によって挫折体験を浮き彫りにされ、娘のおかげで癒されてもいる。本当に不思議だ。忘れたい体験が懐かしい思い出になった。

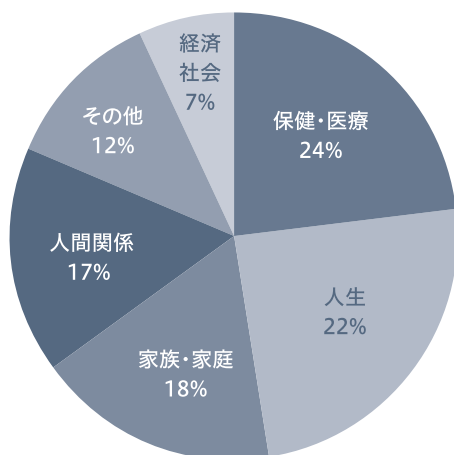
娘が元気であるだけで…。それだけで母は嬉しい…。

「就活」…私は何も言わず、ただ ただ娘のそばにしよう…。 (あも)



ハマナス

受信内容の分野別内訳



2014年1月～4月の総受信件数・5025件

2014年1月～4月の送受信件数は5025件で、13年の同時期に比べて172件増えました。このうち「自殺傾向」にある電話は497件で、全体の9.9%となっています。全体の内訳は、男性が2444件、女性が2581件で、女性が137件上回りました。受信内容の分野別（6つの大分類）では、「保健・医療」が24%で最も多く、次いで「人生」22%、3番目以降は「家族・家庭」、「人間関係」、「その他」、「経済・社会」となっています。

2013年の全国の「いのちの電話」は75万件

日本いのちの電話連盟によると、2013年1年間に受けた総受信件数（フリーダイヤル、震災ダイヤルを含む）は、75万6537件でした。「自殺傾向」にある電話は8万2945件で、全体の11.0%でした。内訳は、通常電話71万1299件、フリーダイヤル2万8024件、震災ダイヤル1万7214件。「自殺傾向」はそれぞれ10.3%、29.2%、9.2%で、フリーダイヤルの「自殺傾向」が平均の3倍近い。

「川崎いのちの電話」の2013年の総受信件数は、1万5877件で、全国の2.1%を占めています。

インフォメーション



「こころの健康セミナー」

入場
無料

■ 第1部 <講演会>

講師／平野 啓一郎氏（作家）

98年「日蝕」で芥川賞を受賞。「空白を満たしなさい」「決壊」など
著書多数。1975年生まれ。

■ 第2部 <ゲートキーパー講座>

講師／張 賢徳氏（帝京大学溝の口病院 精神神経科教授）

【日時】 2014年10月11日(土) 開演／14:00(予定)

【会場】 川崎市高津市民館大ホール
(マルイが入っているビル「ノクティ2」12階)
JR南武線:武蔵溝ノ口駅
東急田園都市線:溝の口駅より2分



フリーダイヤル自殺予防公開講座

入場
無料

講師／張 賢徳氏（帝京大学溝の口病院 精神神経科教授）

【日時】 2014年9月19日(金) 開演／18:30(予定)

【会場】 エポックなかはら大会議室 7F
JR南武線:「武蔵中原駅」 改札右へ1分



川崎いのちの電話事務局（平日 10:00～17:00）
TEL:044-722-7121



資金ボランティアとしてのご支援を！

川崎いのちの電話の活動は皆様の温かい支援によって運営されております。
多く方のご協力をお願い致します。
賛助会費・一般寄付金とも税の優遇措置の対象となります。

① 賛助会員（年会費）

法人	10万円	5万円	3万円	1万円	
個人	5万円	3万円	1万円	5千円	3千円

② 一般寄付（金額、回数を定めません）

【振込先】 ■郵便振替 00240-2-36798
社会福祉法人 川崎いのちの電話

【問合せ】 川崎いのちの電話事務局 TEL:044-722-7121

*賛助会員・一般寄付金ともに、個人の所得税・住民税・相続税(要確定申告)
および法人の法人税において、優遇措置の対象となります。

寄付感謝報告

2014年1月～
2014年4月

川崎いのちの電話のために、温かい資金援助をいただきました。心から感謝し、ご報告
いたします。この事業の発展にこれからもご協力くださいますようお願い申し上げます。

〔個人〕

(1月)	豊 後 秀 長	内 田 三 枝	渡 辺 恭 子	鍋 木 昌 代	稲 川 菊 代	早 崎 悦 子	戸 張 道 也
豊 田 君 子	馬 場 邦 枝	白 井 香 代 子	増 田 舜	山 田 美 和 子	高 橋 勉	有 馬 恵 子	原 勝 代
山 田 美 和 子	浜 崎 す み 子	森 清	小 林 美 年 子	近 藤 八 千 代	山 田 美 和 子	島 典 子	森 多 美 子
井 上 貴 美 子	高 橋 勉	河 合 徹 子	大 石 幸 生	棚 部 哲 男	藤 真 知 子	片 山 世 紀 雄	
鈴 木 清	田 玉 由 希 子	石 橋 慶 子	田 中 房 治	小 山 稀 世	千 田 智 子	余 湖 は れ み	
保 坂 博 子	匿 名 1 名	漆 原 敦 子	安 藤 義 雄	栗 井 清	鈴 木 清	仁 上 喜 久 夫	
中 里 君 江	(3月)	上 嶋 良 子	鈴 木 敏 江	村 上 カ ブ コ	豊 後 秀 長	大 島 良	
金 子 顕	岩 田 洋 子	常 松 恭 子	石 原 淳 子	匿 名 1 名	小 野 岩 雄	佐 藤 節 男	
(2月)	五 十 嵐 み つ こ	酒 井 靖 恵	菅 沼 和 香 子	(4月)	瀧 上 美 枝 子	大 石 眞 理	
山 田 美 和 子	露 木 知 美	田 出 亨	片 山 世 紀 雄	山 下 秀 男	石 川 俊 恵	久 保 美 矢 子	

〔法人及び各種団体等〕 元住吉教会教会学校 川崎教会教会学校 寺嶋コガ教室 横浜指路教会 新丸子教会 おくせ医院 川崎境町教会
元住吉教会 向河原教会 カリタス学園同窓会 (株)飛鳥典禮 川崎南ライオンズクラブ 川崎中原ロータリークラブ Aグループ 募金箱 共同購入

〔10万円以上の個人・法人及び各種団体等〕 川崎百合ライオンズクラブ(30万円) 川崎翼ライオンズクラブ(10万円)

川崎北ライオンズクラブ(20万) 川崎御幸ライオンズクラブ(10万円) ライオンズ国際協会330-B地区(105,731円) センター製作部(40万円)

新ゆり製作部(10万円)

合計2,126,279 円

編集後記

3月から編集部の一員に加わり、早速、ライフリンクの清水代表に会う
機会に恵まれました。夢や希望を胸に社会に巣立つべき若者が、「生きご
たえのある社会」ではなくなってしまった現実の中で、もがき苦しんでい
る。そんな清水さんの話を聞いて、今を生きる我々の責任、そして果たすべ
き役割を改めて考えなければという思いに駆られました。笑顔に会えるそ
んな活動をしたいと思います。(Y)

「いのちの電話」って何だろう。深夜、電話が少し途絶えた時に、ふと考
えるのです。「これでよかったですか」と、掛け手に聞くことはできない一方
通行だから。仕事・学校での悩み、経済的な不安、家族との軋轢、精神疾
患など、ますます人の気持ちは深く、重くなっていると感じる。理念や原点
が大切なことは言うまでもないが、私たちは果たして柔軟な心を持ち続け
ているでしょうか。(あ)