

## 浜松市の自殺対策啓発事業「いのちをつなぐ手紙」における連携と展開について

浜松市精神保健福祉センター ○小林美穂 二宮貴至 鈴木多美 竹下聡美  
石川絃子 石野真理子 田代裕子

### (要旨)

浜松市では、第一次浜松市自殺対策推進計画策定時に実施した市民アンケートの「自由記載欄」に数多くの「いのち」に関する思いなどが寄せられたことをきっかけに、平成21年「世界自殺予防デー」の9月10日から、手紙による相談事業「いのちをつなぐ手紙」を開始した。この事業を端緒として、いのちの大切さをテーマとした小学生からのメッセージやポスターの募集、それらを広く市民に紹介するためのラジオ放送やホームページへの掲載、冊子の発行、パネル展等の啓発活動へと展開してきている。今回は、「いのちをつなぐ手紙」事業について、自殺対策事業の普及啓発活動としての広がりを中心に組みを紹介する。

### (事業の目的)

浜松市では「孤立を防ぐ～ひとりじゃないよ、大丈夫。～」を基本理念に、浜松市自殺対策推進計画を策定し、その中で「いのちをつなぐ手紙」事業を継続して実施してきている。「いのちをつなぐ手紙」では悩みや不安を抱えた市民から手紙による相談を受け付け、市職員が手紙や電話で相談に応じるほか、いのちに対するメッセージを受け付け、市民に向けてその思いを公開することでいのちの大切さの啓発を行ってきた。

相談においてもメッセージにおいても、「こころ」の内を文字として表すことは、考えや気持ちを整理し、自分のこころと素直に向き合う方法の一つとなる。この事業では開始当初より、いのちの大切さを学び、自他の尊重の意識や他者を思いやる気持ちの育みを目的として小学生高学年からもいのちに対するメッセージ及びポスターを募集し、いのちについて向き合い、考える契機としていただいていた。これらのメッセージを公開することにより、子どもたちそれぞれが抱くいのちに対する内省的な思いから多くの市民が啓発され、共感し、いのちの大切さについて今一度思っただく契機となるよう企図しており、冊子やラジオ、インターネット、イベント等、あらゆる方法で啓発活動を展開しているところである。



図1 手紙掲載冊子

### (事業の概要)

#### 1. 児童によるメッセージ及びポスターの応募

これまで「いのちをつなぐ手紙」に寄せられた件数は、令和2年時点で7,000件を超えた。その内、児童によるメッセージとポスターは6,500件以上となっている。応募数に増減はあるものの、浜松市内の4割から5割の小学校が夏休み期間の課題として事業を利用しており、実施が定着化している学校もある。

児童のメッセージの内容としては、いのちに関わるようなその年の事件や話題等、時勢を反映したものも多いが、いじめや自殺、家族の生死、生き物の生死、自身の誕生、戦争、災害、海外情勢、地球環境等、多岐にわたり、子どもたちの目があらゆる「いのち」に対し向けられていることがわかる。これらのメッセージは公表してもよいかどうか保護者と児童本人から同意書を取っており、公表の承諾をいただいた全作品について、学校名や氏名を伏せた上で表題と内容のみを冊子やホームページ上に公開し、一部をラジオ放送で紹介している。

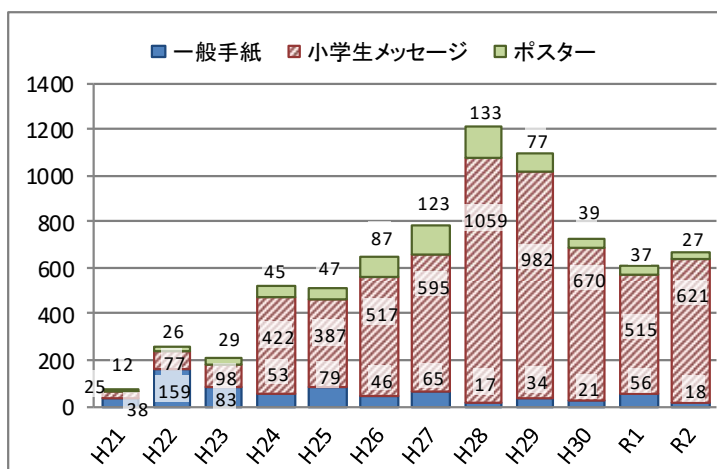


図2 いのちをつなぐ手紙件数 (※R2年は11月1日現在)

## 2. 教育委員会との連携及び展開

児童からのメッセージの中には、自身に対するいじめ行為や自身が抱える孤立感、喪失感等、「SOS」と受け取れる内容が含まれていることがある。このようなメッセージのほとんどにおいて、子どもたちはこころの内を書き表すことで気持ちを整理し、自身や周囲を納得させるような文章を書き、将来への希望や展望で締め括り、あくまで「作文」として完結させる傾向にある。そのようなメッセージに出会った際には、これまでは各小学校の教諭へ連絡し、児童のおかれている状況を把握していただくようお願いしてきた。しかし、児童への対応を求めることについては事業範囲を超えるものであり、その後の対応や児童の様子までは把握することができない状況だった。そこで、平成30年度より市教育委員会の協力を仰ぎ、問題を抱えていると思われるメッセージについてはすべて教育委員会指導課相談グループへ情報を伝達し、そこから当該校へ連絡をいれていただくよう調整を行った。さらに、問題が大きいと判断される内容については教育委員会が学校の対応について返答を求めていくよう支援体制が整えられ、これにより事業の整理と役割分担が明確になり、教育委員会との連携強化につながった。

## 3. 図書館との連携及び展開

浜松市内には24館の市立図書館（内1館は分室）が存在する。平成27年度の自殺対策強化月間（平成28年3月実施）より、図書館の展示スペースを利用し「いのちをつなぐ手紙」のメッセージとポスターの展示を開始した。この展示に限っては保護者と児童本人から学校名及び氏名の公表について希望を伺っており、希望される児童については学校名と氏名を付して展示している。当初は浜松市立中央図書館と同城北図書館の2館を会場に試験的に実施し、ポスター原画展のほか、A1判やA2判程度の用紙にメッセージとポスターを組み込んでレイアウトしたものを印刷し展示した。この試みは応募児童のみならず図書館を利用する多くの市民に足を止めていただき、啓発の効果が期待できたため、翌年度からは全館に向け協力依頼を行うようになった。以後、「いのちをつなぐ手紙展」と題し継続しており、その結果、展示館は次第に増え、半数程度の館では展示が定着化している。



図3 図書館での展示状況

図書館との連携においては、市民のアクセスという点で利便性が高いことが利点だ。日頃より様々な年齢層の方が来館し、日常生活の一部の中で展示を目にさせていただくことができる。また、多くの図書館に協力いただいていることで、市域の広い中、児童や保護者等を可能な限り近隣の図書館へ案内することが可能となった。子どもたちが書いたメッセージを家族や親戚と一緒に見ることができ、写真撮影を行ったり感想を言い合ったりと、再び家族でいのちについて考えていただく機会にもなっている。

なお、9月の自殺予防週間の啓発事業についても同様に半数程度の図書館で協力いただいております。ゲートキーパーやストレス対処法、不安との付き合い方等の特設展示を行っている。浜松市立図書館では医療情報コーナーを設けている館があり、日頃から健康やメンタルヘルスに関する優良な図書の紹介や情報発信を行っているため、部署を越えて自殺対策事業への理解が深い。9月及び3月の自殺対策啓発事業においては各館で関連図書の展示等を行い、普及啓発に協力いただいているほか、メンタルヘルスに関する市民向け講座を開催しており、精神保健福祉センター職員が講師を務めている。

## 4. イベント開催での連携及び展開

国が定める3月の自殺対策強化月間では、浜松市は平成22年度より講演会やミュージカル、ショッピングセンターからのラジオの生放送等、大規模イベントを実施してきた。その中で、ショッピングセンターを会場としたイベントは平成24年度以降続いており、「いのちをつなぐ手紙」のメッセージとポスターをイベント会場でも展示し紹介している。特に、平成28年度以降は予算の都合により会場のショッピングセンターを変更し、別のショッピングセンターを利用しているが、自殺対策のための普及啓発事業という事業趣旨にご賛同いただき、会場を無償提供していただいている。さらに、「いのちをつなぐ手紙」の展示についてはイベントの前後期間においても展示許可をいただき、児童や保護者等がイベント当日だけでなく、春休みの期間中も見ることができるようになった。

また、イベントでは児童によるメッセージの朗読と応募者（参加希望者）に対する記念品贈呈式を行っている。子どもたちが各々向き合った「いのち」に対する想いを自身の言葉で語り、家族だけでなくその他の来場者すべての前で発表す

ることは、多くの市民に対する「いのち」の啓発となっている。

ショッピングセンターは図書館同様に日頃から幅広い年代の人が訪れており、図書館以上に様々な目的で人が集う場所だ。イベントを行政から出前することで普段、自殺対策啓発に関する情報に接する機会の少ない市民に対しても、視覚的に聴覚的に「いのち」の大切さにふれていただき、広く浅くでも伝えることが重要と考える。

### (考察)

子どもたちのメッセージには、この事業をきっかけに「初めていのちについて考えた」と書いてあるものが散見される。子どもたちの目は身近な家族から世界の国々の子どもたちにまで、微小な生き物から宇宙の広がりまで、遠い祖先から未来に出会う自分の子孫にまで幅広く注がれ、メッセージを募集するたびにその視野の広さに驚嘆する。子どもたちは様々なところから自ずと情報を吸収し、いのちの大切さについて率直に感じ、各々の判断で考えている。そして着実に、自他を意識し、会ったことのない他者にまで思いを馳せ、他を思いやる力を育ててきているのだと事業を通じて感じる。また、辛い経験や悲しい体験に遭遇した際には自分の立て直しを図り、こころを立ち直らせようとしている姿勢がメッセージからは感じ取られ、子どもたちが真剣に自分と向き合っていることが伝わってくる。このような時、この事業は書き手である児童にとって「いのち」について考える契機となっただけでなく、読み手である周囲もまた「いのち」に向き合うきっかけを与えられているのだと感じる。

事業開始から10年以上が経過し、「いのちをつなぐ手紙」は実施から展開まで確実に定着してきたといえる。それはひとえに、多くの子どもたちが真摯にいのちの大切さに向き合い、言葉を紡いできた積み重ねによるものである。その折り重なりを様々な方法で可能な限り広く市民に向けて広げることが自殺対策を担う行政の責務であり、その子どもたちの思いを多くの人に共有していただき、当たり前のように聞こえる「いのちの大切さ」について改めて感じていただくことが、地道ではあるが確実な啓発につながると考える。そして子どもたちに対しては、家族や学校、地域社会の見守り、家庭・学校・行政・教育委員会等の連携、その他社会からの適切な情報発信等が子どもの健やかなこころを育むために必要だと考える。

これまで、教育委員会や図書館等の行政機関及びショッピングセンター等の民間企業と連携し、「いのちをつなぐ手紙」を通じて様々な自殺対策の普及啓発を図ってきた。今後も精神保健福祉に関する関係機関の横のつながりだけでなく、分野や職種を超えた縦のつながりを含めた縦横の連携を広げ、「いのち」の大切さを感じられる輪となって、あらゆる方法で「いのちをつなぐ手紙」事業を展開することを模索していきたい。