

事例紹介14 民間団体の取組

日本臨床心理士会における自殺対策の取組

Ⅰ. 日本臨床心理士会とは

臨床心理学を基盤とした対人援助専門職者が臨床心理士です。財団法人「日本臨床心理士資格認定協会」によって、その資格が認定されていますが、臨床心理士は5年毎に資格更新の義務があり、一定の研修を受け続けしないと更新ができません。そのため、平成19年10月1日現在、臨床心理士の資格を保持し続けているのは、15,982名です。

日本臨床心理士会（以下、当会）は、臨床心理士の資格を有する会員14,694名がおり、組織率91.9%です。また、47都道府県の全てに各都道府県臨床心理士会が組織されており、その地域に合わせた独自の支援活動も積極的に行っています。その一端として、平成17年度と18年度の2年間だけでも、全国で576件の一般国民向けの援助活動を行い、それらの活動への参加者は、少なく見積もっても約4万5千人以上です。これらの活動には各県医師会や各県警など関係機関と共催されたものも少なくありません（平成19年4月調査実施）。

このような地域に根ざした活動及び全国的な活動という側面とは別に、臨床心理士は多くの職能領域において勤務しているという特徴があります。主たる領域としては、医療・保健領域（具体例：病院や診療所、精神保健福祉センター等）、福祉領域（児童相談所や児童福祉施設等）、教育領域（教育相談室やスクールカウンセラー等）、大学・研究所領域（学生相談室等）、司法・法務・警察領域（家庭裁判所・少年鑑別所・警察被害者相談センター等）、産業・労働領域（会社の健康相談室・障害者職業センター等）、私設心理相談領域などが挙げられます。心理的悩みをかかえる国民が訪れる可能性のある多くの機関に臨床心理士は勤務しており、臨床心理面接などの実践を通じて、国民のこころの安寧に貢献することを目標にしています。その意味で、臨床心理士の日常業務そのものが、地道な自殺予防につながっているともいえます。

Ⅱ. 日本臨床心理士会における自殺対策の実施

1. 自死遺族支援全国キャラバンへの協力

自殺対策基本法の施行を受けて、日本臨床心理士会では「自死遺族支援全国キャラバン」へ協力することを機関決定し、各都道府県臨床心理士会に協力を依頼しました。このことは自殺問題への取組の必要性を、改めて全国の臨床心理士の意識に際だつものにすることも意図しています。具体例として、青森県臨床心理士会が「自死遺族支援全国キャラバン」の青森県におけるシンポジウムに協力参加しています。

2. 全国一斉の電話相談と定例電話相談

当会と各都道府県臨床心理士会が共催して、年に1回、全国一斉に無料電話相談を平成12年から現在まで毎年行っています。直近の実施は、平成19年1月28日(日)であり、全国で403名の臨床心理士が協力し、計650件の相談を受けました。これらのなかには、希死念慮や自殺念慮をもつ人々からの電話相談も、当然のことながら含まれています。

また、当会では、平成18年1月から一般国民向けの定例無料電話相談（直通電話番号：03-3813-9990）を、毎月曜日と毎金曜日朝8時30分から正午まで行っています。例えば、月曜日の朝に電話相談を設定した理由のひとつとして、自殺既遂者が月曜日に多いといった行政からのデータを参考にしています。つまり、標榜せずとも、自殺予防を意識した電話相談を設営しています。電話相談員は豊富な実務経験者で占められており、電話をかけてこられる方々は臨床心理士に相談したいという明確な意志をもたれている場合が

多く、いたすら電話などが極端に少ないのが特徴的です。

3. 自死遺族ライン

上記の全国一斉電話相談及び定例電話相談とは別に、当会では平成19年8月1日から「自死遺族ライン」を開設しています（直通電話番号：03-3813-9970）。これは、日本全国の自死遺族をはじめとする大切な人を亡くされた方々のための無料電話相談で、現在は、毎週水曜日の19時～21時の間、電話相談を受け付けています。予想以上に電話相談数が多く、女性も男性も、あらゆる年代の方々が電話をかけてこられます。また、短いもので数日前の自殺、長いもので数十年前の自殺など、自死からの期間も幅広いです。ご家族の自死という現実をまだ受け容れられていない方、事実を受け容れてもなお心の痛みを抱えていたり、他のご家族への影響を案じ続けている方など、自死が家族や周囲の人々の人生に及ぼす影響の甚大さを考えさせられる切実なご相談ばかりです。そして、誰にも言えない、あるいは、数少ない自死を知っている人たちにも身近であるがゆえに話すことを気兼ねし、安心して話せる場を求めている方の多いことが、この電話相談の特徴です。

また当会では、自死遺族ラインに関する研修会を行っており、第1回の研修会を平成19年9月1日に行いました。第1回は広く関係者に呼びかけ、臨床心理士のみならず、教員・ボランティア相談員などの自殺対策に関わる人々や、対人援助職を目指している大学院生の研修会となりました。第2回目以降は、臨床心理士会としてこの事業の質を高めるために、少人数による継続研修を積み重ねる計画です。

以上のような諸活動を踏まえ、日本臨床心理士会としては、今後も自殺対策活動を継続的に行ってゆく所存です。その際、臨床心理士としての特徴を活かして、一人ひとりにきめ細やかな心理的援助を心してゆきたいと考えています。

（日本臨床心理士会副会長 津川 律子）

2 うつ病の受診率の向上

平成14年度に実施した厚生労働科学特別研究費補助金（こころの健康科学研究事業）による「心の健康問題と対策基盤の実態に関する研究」における調査によれば、うつ病と診断された人が医療機関を受診している率は25%と低い状況にあった（第2-1-4図）。このため、「新健康フロンティア戦略」（平成

19年4月18日新健康フロンティア賢人会議）においては、うつ病の受診率を参考指標として、地域や職域での理解の促進を掲げている。厚生労働省では、うつ病についての正しい理解の普及啓発を行うことにより、本人や周囲のうつ病に対する理解を進めることとしている。

3 かかりつけの医師等のうつ病等の精神疾患の診断・治療技術の向上【再掲】

「第3節 1 かかりつけの医師等のうつ病等の精神疾患の診断・治療技術の向上」(93ページ)を参照。