

公開講演会 「聴いてくれる人がいますか？ あなたは聴いていますか？」

2014年2月23日

- 主 催 社会福祉法人 千葉いのちの電話
- 講 師 レネ・ダイグナン氏 映像作家、駐日欧州連合代表部経済担当官
- 日 時 2014年2月23日（日）14時～16時
- 場 所 プラザ菜の花3F

ビデオ；

1) 自殺者1万人を救う戦い（これを当日放映しました）

<http://www.saving10000.com/ja>（今はみられません）

2) 耳を傾けて：レネ・ダイグナン（他で講演されたビデオ、ご参考まで）

<https://www.youtube.com/watch?v=95hUuCICs5c>（見られます 2022/12/25）

講演内容；

いのちの電話は大切な仕事をやっています。よい友達が自殺しました。その人は話をしたかったのです。アパートの隣の人でした。聴くことはとても大変でした。とうとう最後には無視しました。その人はドアを何度もノックしました。30代女性でした。部屋で静かにしていたら、メモをドアの下から入れて戻りました。メモにはメールアドレスと電話番号が書いてありました。“またね”と。2～3か月後、彼女は自殺しました。とても後悔しました。誰か専門家に相談すればよかったのではなかったのかなど。

私はこれまでヨーロッパの経済の専門家として勉強して来ていました。その友達の自殺後、日本の自殺について1年勉強しました。そしてビデオを撮ることを決めました。奥さんが「えっとあなたが撮るの」と驚かれました。3人で撮影しました。

ビデオ（52分；最初 Youtube に投稿があった時は25分ぐらいでしたので、再度編集されたように思います）の初めは、相談機関（いのちの電話と思われる）には、30～40回かけないと電話が繋がらないから始まりました。それだけ相談したい、話を聴いて欲しい人がいる。世界中で毎年100万人が自殺で死んでいる。日本では3万人が死んでいる。

電車への飛び込み自殺で電車のガラスが壊れている写真がビデオ終了後に紹介されました。1年間、日本の自殺について勉強しました。消費者金融のことなども。自殺防止の映画を作りたいと思い、ビデオ制作会社に話をしました。お金を払いますから撮って欲しいと相談しました。ビデオ制作会社は自殺の映画を作りたいとの意向でした。自殺した遺族のインタビューを撮り、涙を見せるようなものを考えていました。それは私には意味がなかったのです。私は自殺防止の映画を作りたいと思いました。22歳の青山学院の学生がその話の中にいま

した。ドキュメント映画できますか？と彼に尋ねました。もちろんできますよと応えてくれました。奥さんに相談したら、いくらになりますか？と。200万円かかりますと。私の貯金を使って撮ってくださいと言われました。

1年間で96人のインタビューを撮りました。インタビューを申し込むと、BBCですか、CNNですか？と尋ねられました。インタビューは全部で100時間になりました。もう一人24歳のウエイトレスの人が手伝ってくれました。インタビュー後に1年間かけて編集しました。22歳の学生はフランス人でした。

ビデオは完成したが、上映場所がありませんでした。その後のことも含め350万円かかっていました。奥さんがとても怒っている時でした。英語のいのちの電話にアプローチしました。亡くなった友達のために上映会があれば嬉しい気持ちでした。運がよかったです。9月で自殺防止のイベントがありました。そのイベントで使いますと言って貰えました。そのイベントで上映会を行ったら、他のイベントの上映会依頼が来ました。そしてメディアのインタビューも来ました。外国人が興味を持って価値がないと思っていました。また青木が原に行きましようとなっては困ると思っていました。CNNからインタビューが来ましたが、主旨が私の願っていたのと違いました。あなたの隣の方はどんな方でしたか？匂いはどうでしたかとのインタビューでした。

3か月後、日本のメディアの関心がありました。読売と朝日新聞に記事として取り上げられました。同じ週でした。内閣府からDVDの依頼が来ました。ゲート・キーパーのポスターがだされた時でした。森大臣（自殺防止担当）から依頼が来ました。タクシーの運転手に自殺者1万人を減らす戦いのビデオを撮り、それで森大臣に会いに行くことを伝えたら、日本のために頑張っているからお金要らないと言われました。感激しました。その後NPOからDVDリクエストが来ました。参議院会館での会合にも呼ばれました。今日が108番目のイベントです。来週は山口県に行きます。首つり自殺未遂者と話をしたことがありました。未遂後は頭がすごく痛かったと。

DVDを無料で出すと奥さんに言ったら怒られました。そこでもうお金を使わないと約束しました。秋田大学 医学部教授 本橋 豊先生が秋田県の自殺防止に取り組んでいます。そこで会合がありDVDを紹介しました。それがYahoo-JapanにWebサイトに載りましたがあまりクリックされませんでした。ツイッターで今はかなりあります。秋田県で9月に日本自殺予防学会総会がありました。そこで配るとのことで自殺防止協会からDVDを600枚依頼されました。無料で提供しました。いろいろな上映会もあり、これまで計3,500枚無料でだしました。

このビデオは世界で14のノミネートがありました。もし賞をいただくと世界的なアピ

ールになります。自殺は日本だけではない、世界的な自殺予防になります。次の映画はと質問されます。次の映画があると確実に離婚されます（会場から笑）。映画監督は引退しました。自殺は多くの原因があります。ビデオの51分でそれを十分説明することはできません。

日本は自殺問題ありますか？と質問が来ることがありびっくりします。韓国の自殺率が世界で1番、日本は4番目です。日本の自殺率はアイルランドの3倍、英国の2倍です。何で1万人を救うなのか？と尋ねられます。多くの国が取り組みにより自殺率を30%減らしています。だから日本でもできるはず。3万人の30%なら1万人になります。一方、韓国は150%増えています。先週は韓国でインタビューありました。自殺防止は大切なトピックです。自殺は暗い話で、タブーなトピックです。でも自殺防止はポジティブな取り組みです。いのちの電話の斎藤友紀雄先生、東尋坊の自殺防止に取り組んでいる、NPO法人心に響く文集・編集局も理事長 茂 幸雄さん頑張っています。

自殺そのものではなく自殺防止に重点をおく

- ・自殺の原因追求
- ・タブー視されている話題に注目
- ・第一線で奮闘している人たちを紹介する。
- ・自殺防止策が日本では役に立っている。
- ・一人ひとりの責任感を助長する。

消防士の言葉 火事よりも自殺が多い。予防がより重要。

自殺ホットライン

- ・ホットラインを利用している人の中で、薬物治療受けている人80%、うつ病と診断されている人70%いる。
  - ・彼らに友人や家族はいないのか（なかなか相談できない）
  - ・孤独+頻繁にホットラインを利用する
  - ・彼らを実際の支援にまでつなげてあげることができているのか
  - ・その実際の支援は効果的か
- 多くの人の話を私は聴いてあげられない。そこでいのちの電話を紹介しています。

交通事故と自殺の比較

	自殺	交通事故
死者数（2012年）	27,766人	4,411人
対策費（2011年）	130億	2,979億

自殺予防対策にもっとお金をつかってよいのではないのでしょうか。

## 内閣府調査

自殺したいと思ったことがありますか？

## 2012年調査

25%の人が過去に自殺を考えたことがあると回答 20歳代では36%

メディアが自殺者の衝撃的な映像を取り上げている。

どのように乗り越えましたか

38% 家族や友人に相談した。

自殺防止に関する講演会にて（2010年）

- ・自殺は個人の権利だ
- ・自殺は日本文化の一部だ
- ・経済のせいだ
- ・政府のせいだ
- ・社会が崩壊している（私たち一人ひとりが社会である）

自殺マニュアルの本 150万冊

- ・なぜ人気があるのか
- ・なぜ社会はその本を容認しているのか
- ・直接的な影響が明らかにある
- ・どうすべきか

日本の自殺文化

- ・名誉とか美しい死とか犠牲
- ・言い訳として文化を持ち出し、現実問題をごまかしている。

文化だからという言い訳

自殺の裏に隠されたタブーがある

アルコール依存（アイルランドでは多い）

ギャンブル、性産業、同性愛、闇金、薬物依存、引きこもり、家庭内暴力など

韓国映画で、生命保険担当者が主人公の映画が作られた。

不安定な職 非正規労働者

- ・ギリシャは50%若者非労働 日本は3%
- ・就職活動を行っている学生に内定が1社も得られなかったら、自殺したい気持ちはわかるかと質問すると80%がわかると回答している。
- ・スペインでは社会が悪いと言い、日本は私が悪いと思う。
- ・どのように考え方を变えるが重要になる。仕事とライフは違う。
- ・大学にも講演に行く。

日本でのアルコール依存は240万人だが、治療受けているのは1%である。

#### 高齢者の自殺

- ・仮面うつ病
- ・退職後に直面する5つの“NO”  
居場所がない、人脈がない、趣味がない、やることがない、\*\*\*
- ・生きがいの喪失
- ・社会の迷惑との考え方を变える。

駅のブルーライトの効果で80%自殺が減った。

奥さんがブルーライトを買って私の部屋に置いた。(冗談)

#### 精神医療に関する国際統計

- ・日本は一人当たりの精神科医が少ない。
- ・アルコール依存はアイルランドではよく取り上げている。アルコール依存の俳優が話すと。日本では全然ない。タブートピックを話さないと自殺予防にならない。
- ・日本は精神疾患の入院が多い。入院が長い。

Q)日本でも精神科医が自殺防止に取り組んでいるが、ホットラインに電話してくる人の80%が薬物治療を受けている。精神科医の取り組みは海外と比較してどうなのか？

- ・精神科医の日本での関わりが一番大きな問題である。

Q)ビデオを作成して良かったことは？

- ・このDVDでの反応が大きかった。Webサイトで32,000ビューがあった。
- ・内閣府で80人にビデオと話をした。
- ・ビデオを作成して一番おおきなことは、「自殺しようと思っていた。でもこのビデオ見て、自殺する意味がなくなりました」とメールを貰った。「金曜日大変ないじめがあった。仕事が見つからなかった。今は自殺するしか選択肢がないと言ってた人が、ビデオ見てから、仕事見つかった。塾で英語講師が見つかった。考え方が変わった。生きることに対する感じが

変わった」とメールを貰ったのは嬉しかった。

感想；

日本の自殺者が多いこと、それに対して海外の人がどう感じているかを知りいろいろと考えることができたとてもよいお話でした。残念ながら100人くらいの参加でした。自殺者が交通事故死と比較してもまだまだはるかに多いこと。日本は自殺者を減らすことを本当に真剣に取り組んでいるのだろうかと思いました。

終了後、レネ・ダイグナンさんにTさんと一緒に挨拶をしました。DVDをいただきましたので、埼玉いのちの電話の仲間と一緒に見ますと伝えました。呼んでいただけたら、無料で伺いますとおっしゃっていただきました。

レネ・ダイグナンさんの隣に、K事務局長がいらっしゃいましたので、Tさんと一緒に挨拶しました。

以上