

同僚の4割が介護の悩みを抱えている

ある新聞に年間自殺

者が11年連続で3万人以上という記事を見つけた。

最近、介護殺人が目立っていますが、これからは介護自殺が増えるでしょう。

その文中、自殺

する人の約7割は、決行までの1カ月間に何らかの機関や周囲の人に相談に行ったという話が載っていました。

自殺は衝動的ではなく、その大半は、本当は生きたくったという事実が浮き彫りになります。では、なぜ人は自らの手で命を絶とうとしたのか？

生活苦、人間関係、理由は多種多様でしょう。本当は生きたくたのに生きられない現実。寂し過ぎる話で



上原喜光

1億人介護のための

社員の約4割が現在進行形で介護を行っている。会社の同僚や友人で介護をしている人がいたら、「最近、あまり釣りに行ってないだろ？」「オレの親もそろそろだから、介護のやり方を教えてくれよ？」と声をかけてみましょう。

その際、7割の人が決行までの1カ月間に何らかのアクションを起こしているなら、大事なものはその間に我々が何をできるかです。介護で苦しんでいる人がいたら、話しかけてみませんか？ 話を聞いてやりませんか？ もう一度、自分の周りを見渡してそのような人がいないかチェックしましょう。

平均的な会社では、

話しかけること、話を聞くこと。何事もそこから始まるのです。精神科や自治体の窓口もありますが、そこでは彼らのSOSを見抜けなかった。その事実が年間3万人以上の自殺者です。

携帯電話を使った24時間相談窓口もあります。次回はその話をしましょう。

(全国介護者支援協議会会長)