

癒しの八峰 自殺ゼロを目指して 八峰町自殺予防フォーラムを 開催しました

10月28日、自殺ゼロの地域づくりを目指すと、八峰町自殺予防フォーラムをあきた白神体験センターで開催しました。会場には町民ら約200人が参加し、芝居や独唱が行われ、笑いと感動で心を癒しました。その後、秋田大学医学部の准教授佐々木久長氏が講演を行い、地域の支えあいの大切さを理解し合いました。



町では、自殺者ゼロを目指して、今年度から予防事業を重点的に取り組み、自殺予防講座や交流サロンの開設、フォトコンテストや作文コンテストを実施しています。このフォーラムは、町と心のふれあいサポーター「陽だまりの会」の主催で、自殺者ゼロを表現しようと初めて開催したものです。

はじめに、加藤町長が「昨年度町内の自殺者が7人でした。今年度は自殺者を減らすために様々な事業を行って予防対策に取り組んでいます。このフォーラムで、自殺予防に関する理解を深めて、自殺者ゼロに向けた取り組みに協力をいただきたい。」と、挨拶しました。

続いて、「生命（いのち）がやく」フォトコンテストと「心といのちを大切に」作文コンテストの表彰式が行われました。（※作文は3頁に、フォトコンテストは16頁に受賞作品を掲載しています。）

また、善ババで知られている能代ミュージカルの今立善子さん（能代市）の一人芝居「善ババのいる風景」が演じられ、能代弁から繰り出すユーモアに溢れた語り口に、会場は笑い声につつまれていました。その後「明るく生きること」と題した講演を行い、自ら体験した辛い過去や身近で起きたエピソードなどを紹介し、「辛くなると、つい後ろ向きな気持ちになってしまいますが、明るくたくましく



生きることが一番大切なことだと思います。笑いは人と人をつなげるものです。」と参加者に熱く語りました。

次に、八森中の山木亮教諭による「千の風になつて」の独唱では優雅なテノールの歌声に参加者は心を癒されたようでした。

最後に、秋田大学医学部の佐々木久長准教授による「地域の支えあいによる健康づくり」心も身体も健やかに」と題した講演が行われ、町の検診の時に実施したアンケートの結果から心の健康づくりについて解説し、「どしてらばー？」といった声がけをやってみてくださいと、地域づくりへのアドバイスをしました。



「心といのちを大切に」作文コンテスト 特選作品

【特選】

だいじにするよ いのち

水沢小1年 菊地 悠汰

いのちって、だいじだとおもう。どれくらいだいじかっていうと、一ばんだいじなぼくのやきゅうのグローブよりもだいじ。くらべられないよ。

ぼくがいのちのことを一ばんかんがえるのは、八十四さいの大おばあちゃんを見ているときだ。大おばあちゃんにはぼくが小さいときかいだんをのぼってさいごの一だんであしがすべっておちた。あしをけがして、もうちよつとでほねがおれそうだったんだよ。それからずっと、あしがいたくてあるけないんだ。

大おばあちゃん一人であつだんにむかって、てをあわせてなにかいっているよ。なんていっているのか、ぼくにはよくわからないけれど、「しにたくないよ。げんきでいたいよ。」

ぼくも、しんでほしくないよ。だって、ぼくのだいじな、だいじな大おばあちゃんだから。ぼくのうちは、みんなではんごはんをたべる。大おばあちゃんも、もちろにいっしょ。おふるでからだをこすってあげたりする。大おばあ

ちゃんは、じつと目をつむって、きもちよさそうだよ。そんなとき、ぼくもしあわせなきもちになる。こころって、つながっているんだね。

ぼくにはもう一人、大すぎなおじいちゃんがいる。おじいちゃんにはばにしごとにくので、たまにししかあえないけど、ぼくは大すきだ。とおくにすんではなれていても、やっぱりつながっているんだよ。

ねっ、みんなつながりあつて、じぶんだけじゃない。いのちもころもつながってる。たまにはけんかもするし、いやなこともあるけど、じぶんのいのちなんだから、かっつにしてもいいっていうのは、ちがうとおもうよ。

いのちには、みんなのためにあつて、みんなのためにつかうのいのちだとおもう。だから、いのちをだいじにしなきゃいけないんだとおもうよ。

ぼくは、いのちをだいじにしたい。いっぱい友だちをつくって、やきゅうぶにはいっておがさわらみたいなせんしゅになりたいし、おじいちゃんみたいになりたい。きんにもなりたい。ゆめをいっぱいもちたい。そうすればおかあさんもおとうさんも、大おばあちゃんもおじいちゃんも、みんなにっこりするとおもうよ。きつと、そうだよ。

【特選】

心といのちを大切に

八森中3年 本庄 望美

「命は大切」ということは誰もが知っていることであると思う。それでも、自ら命をたつてしまう人がいる。そんな人々に分かつてほしい。生きたくても生きられなかった人がいるということ。

私は、見た。最後の最後まで生きたいと思いつつながら、一生懸命に生きようとする姿を。私は決して忘れない。その人はあんなに生きることを望んでいたのに生きることができなかつた。

「来年もデイズニーランドに行こうね。」そう言っていた。

「退院したら・・・」「いつか・・・」そう言つて私にたくさんの楽しみと安心をくれた。その人は未来を夢みてたんだと思う。そういう姿を見てきた私だからこそ、自ら命をたつという行為が許せない。自分で自分を殺す。まだ生きられるのに生きようとしなさい。それは本当に悲しいことだと思ふ。生きていくことに辛さを感じる人が自殺という選択をするのかもしれない。でも、生きていくという事は幸せなことだと思ふ。生きて、呼吸をすること、これが幸

なんだと思ふ。生きられるのなら最後まであきらめてはならないのだと、私は強くそう思っている。だから自殺なんて絶対にしないでほしい。

私には、無限の未来がある。明日、何があるか分からない。だからこそ生きるんだと思う。みんなには、どんな小さな事でも夢や希望があるだろう。その夢や希望が叶ったとき、人は嬉しさ・満足感など、たくさんのものを得ることができると思ふ。それまでには、辛いこと、苦しむことがあると思ふが、それをのり越えた時、すばらしい感動を味わうだろう。人生は、大きさは違ふが、このくりかえしたと思ふ。生きていくだけで、得られることはたくさんある。だから、生きるといふのは、ものすごく幸せなことだと思ふ。だから、一生懸命生きなければならぬ。

「命は大切」これは、みんなが知っている言葉だと思ふ。でも、それだけではなくて、生きられる限り生きようとするのが命を大切にすることだ。私は思ふ。私も今までに、辛かつたことや苦しかつたこともあつた。でも、必死で生きることの大切さを、一番大切な人から学んだから、私は生きる。生きることを絶対にあきらめない。これからの毎日を、強くたくましく生きていきたい。