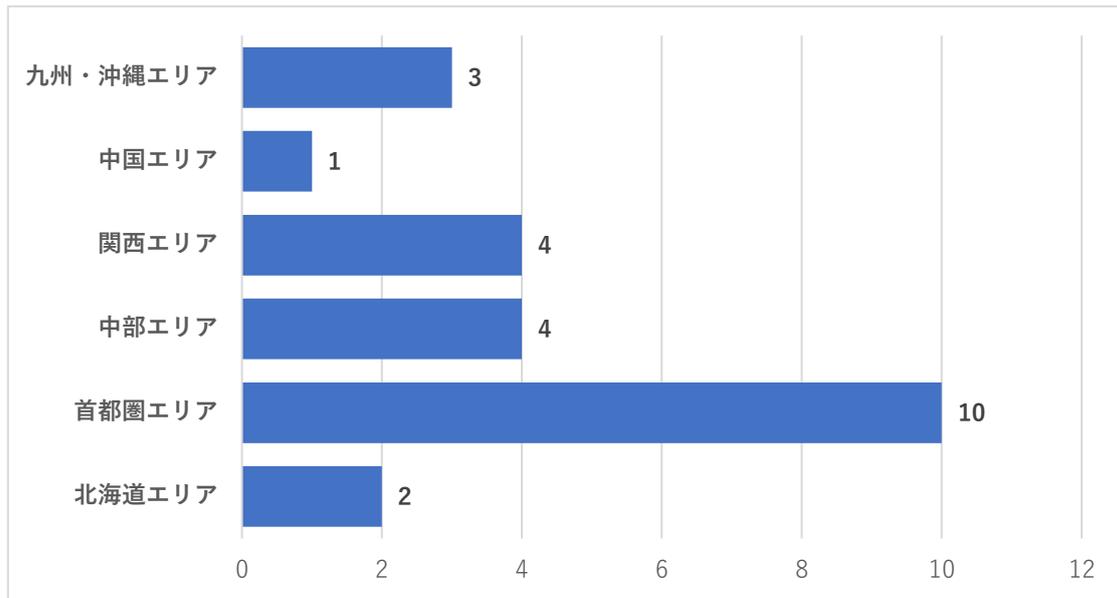


厚生労働大臣指定法人・一般社団法人いのち支える自殺対策推進センター主催
第2回「オンライン形式のわかち合いの会」運営スタッフ研修（11/27）アンケート結果の概要

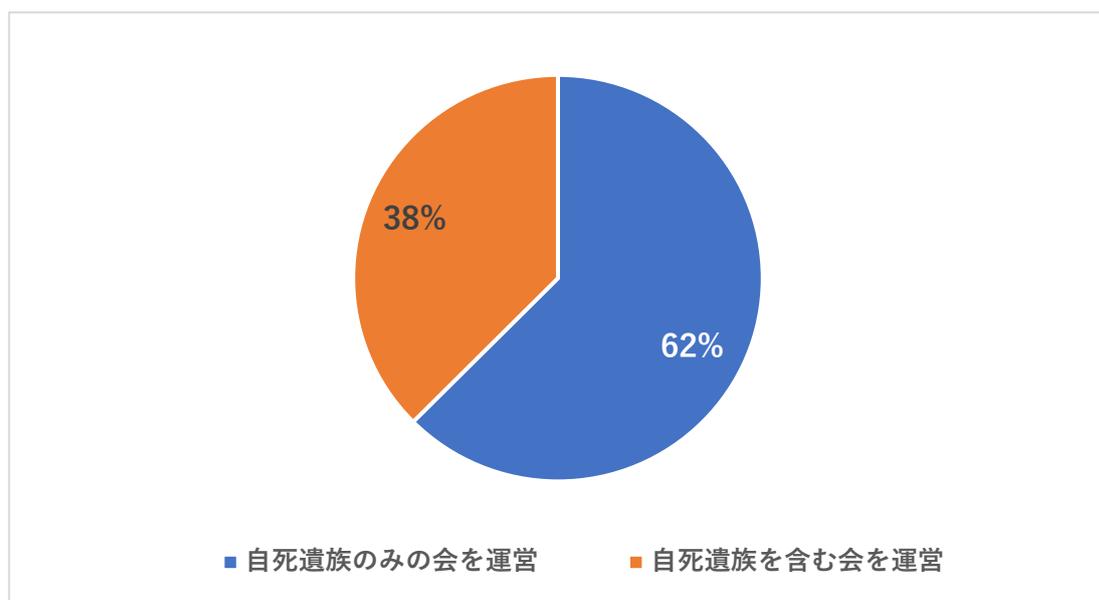
※参加者30名中、アンケートに回答したのは24名。回答率80%。（11/27時点）

問1：「主な活動拠点（都道府県）を教えてください。」



問2：『わかち合いの会』の対象を教えてください。（複数回答可）

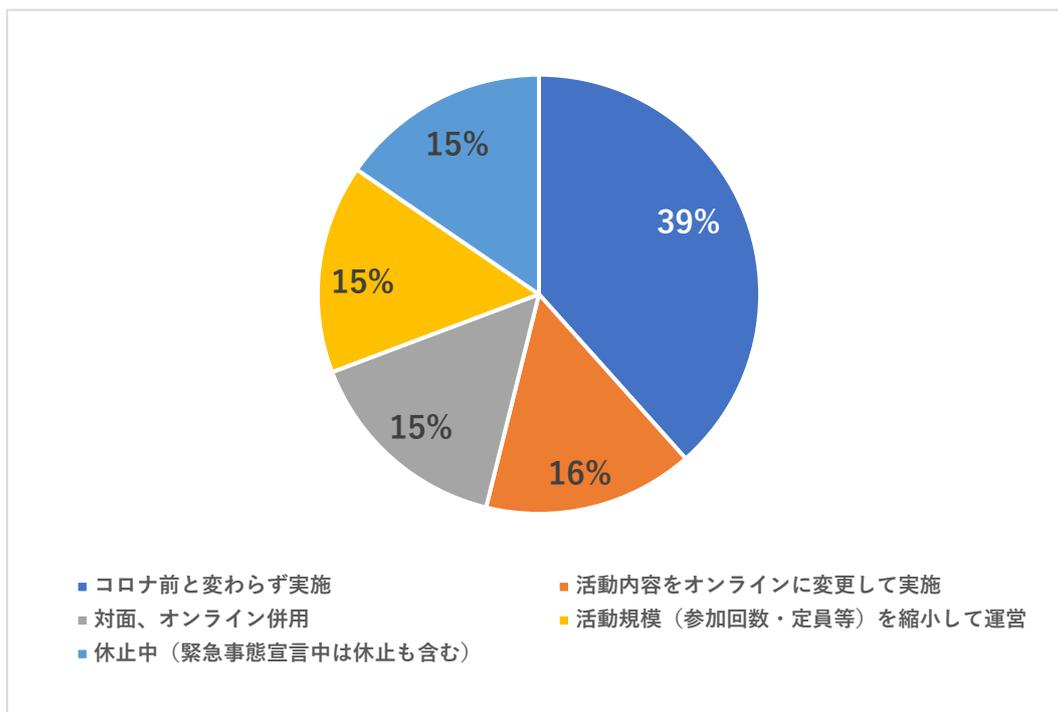
自死遺族の方のみを対象とした「わかち合いの会」を運営している団体が62%、自死遺族を含むさまざまな遺族を対象とした「わかち合いの会」を運営している団体は38%となっています。



問3：「現在の『わかち合いの会』の活動状況を教えてください。（複数回答可）」

コロナ前と変わらずに実施している団体が39%と最も多く、活動規模（参加人数・定員等）を縮小して運営している団体が15%、活動休止中の団体は15%となっています。

また、活動内容をオンラインに変更して実施している団体が16%、対面・オンライン併用で実施している団体が15%です。



問4：「本研修に参加しようと思った理由を教えてください。」（自由記述、複数該当有）

分野	件数
講師や他団体の話が聞きたい	12
「オンライン形式のわかち合いの会」について学びたい	9
今後の活動に役立てたい	4
他団体との横の繋がりが作りたい	3
自分自身のスキル向上のため	3
自死遺族の支援について学びたい	1
その他	1

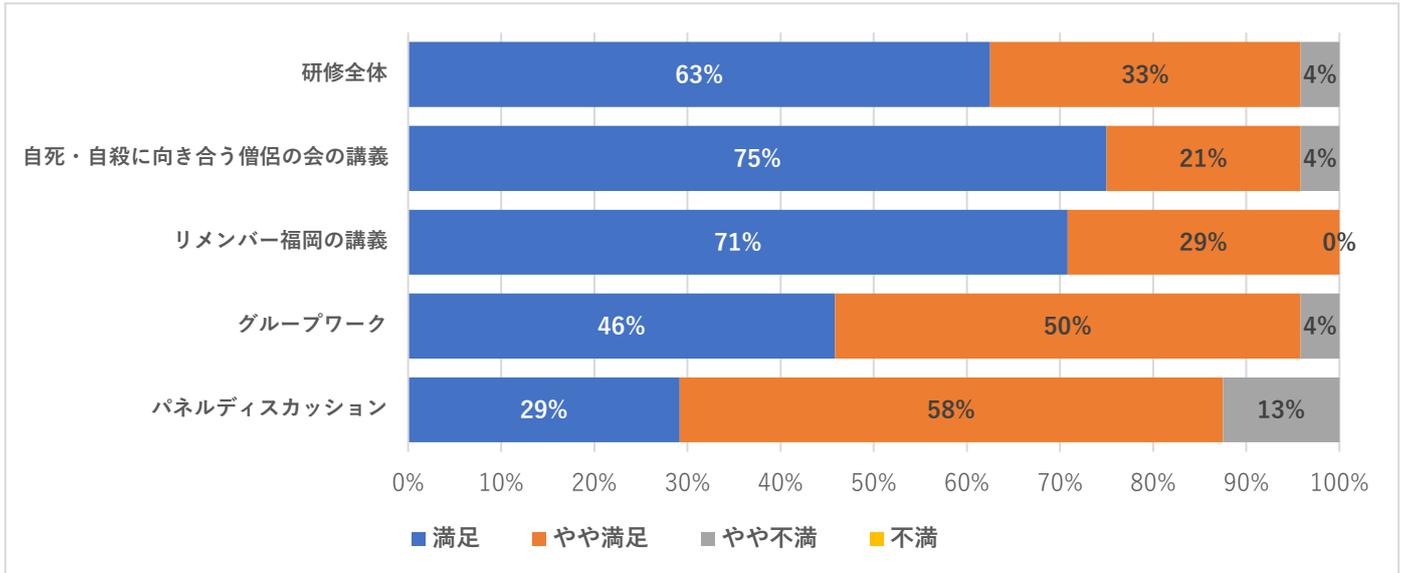
（自由記述、以下抜粋）

- コロナ禍で対面のわかち合いができなくなり、知り合いとオンラインでわかち合いを開催したが思ったほど参加者が集まらなかった。また対面で参加されていた参加者さんは高齢の方が多くオンラインでの参加ができず、こういった現状を解決するヒントが得られればと思い参加した。
- 自死遺族の方は今までも参加されていたが、コロナ禍もあり相談も増えてきた気がしていた。以前から自死遺族の方もいたが、事故などの方限定の会の時に案内をしていた。しかし、自死であることを言えない感じもあり、別にして会を開くことも考えていた。どのようにということもわからないことやオンラインも考えてみたいと思っていたので参加した。
- 自分が当事者ではない（今現在まで自死遺族）ので、ファシリテーターや相談を受けることをしていいのか不安に思うことがあり、少しでも情報や理解できたらと思って参加した。
- 当会の自死遺族のわかち合いでは、オンラインを希望される参加者がいない（他プログラムではオンライン実施中）ため、実際に自死遺族のオンラインわかち合いを実施している団体から集客のヒントをいただきたいと思ったため。

- 平成 22 年より自死遺族等のわかち合いの会を隔月で開催してきたが、昨年度は 2 回、今年度は年度当初より 4 回を休会とせざるを得ず、自死遺族にわかち合いの場を保証できない苦しい状況が長く続いた。コロナ禍での対応として、オンラインでのわかち合いの会開催を検討中であるため。
- コロナ禍の昨年春から今年の春まで、活動ができなくなって、昨年秋頃から補助金を活用したオンラインも実施してみたが、おとなのオンラインにはハード的な課題から参加者がいなかった。また、子どもの方は、補助金でタブレットを購入し、近況をオンラインで確認する程度しかできなかったことから、オンラインでの活動も充実しておく必要性を感じ参加した。

問 5 : 「研修全体の満足度についてご回答ください。」

「満足」と答えた方は 63%、「やや満足」と答えた方は 33%、「やや不満」と答えた人は 4%です。



問 6 : 「上記を選択した理由を教えてください。」 (自由記述、複数該当有)

<大変満足・やや満足> (良かった点のコメントの内訳)

分野	件数
「オンライン形式のわかち合いの会」について具体的に学べた	3
他団体の活動が知れた	6
さまざまな講師の話が聞けた	9
プログラムの内容	3
その他	4

<やや満足・不満足> (悪かった点のコメントの内訳)

分野	件数
プログラムの内容が不十分だった	1
時間が足りなかった	4
その他	1

(良かった点のコメント、以下抜粋)

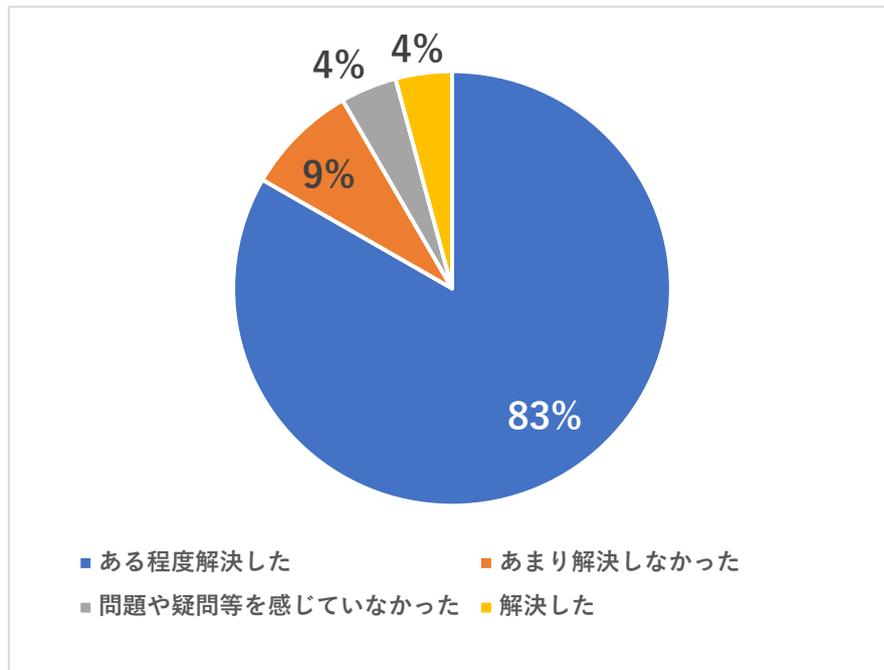
- 具体的なお話を伺えたことが良かった。僧侶の会の皆さんの亡くなった方を貶めないための配慮は本当に大切だと思った。
- お話が具体的で、他の団体の皆様の話を聞いたことも良かった。
- 実際に活動されている団体がトライアンドエラーで積み上げてこられたノウハウの一端に触れることが出来、参考になった。
- それぞれの会の現状を知る大きなきっかけになり、また自分の所属している団体の在り方を再認識する事が出来た。

(悪かった点のコメント、以下抜粋)

- 参加前に、参加者の準備性を尋ねる質問が必要不可欠だと思った。一人称表現には限界があると思った。当事者である支援者として、どういう人と接して、どういう風に思ったのか、というのも大切な視点だと思う。
- 事前アンケートやグループディスカッションでの悩み事を全体で議論し解決策を探す方向で共有するには時間が足りなかった。せっかくの機会なのでもったいなかった。

問7：「本研修に参加して、参加前に感じていた問題や疑問等は解決しましたか。」

「解決した」が4%、「ある程度解決した」が83%、「あまり解決しなかった」が9%、「疑問がなかった」が4%です。



問8：「研修で質問できなかったことや確認したいことがありましたら、ご記入ください。」(自由記述、以下抜粋)

- せっかく参加してもらってもなかなか話せない方も多く、そして次回は参加されないということも多いです。雰囲気づくりや続けて参加してもらうためにされていることがあれば、聞かせてほしいです。
- オンライン分かち合いを開催されている団体様で、見学が可能な所があれば教えて下さい。
- オンラインによるわかち合いに参加しておられる当事者の思いや感想と、それをスタッフはどう受け止めておられるか。
- 小さな会ですので、コスト面と人材面に不安が残っています。

問9：「本研修で得た内容を踏まえて、今後の『オンライン形式のわかち合いの会』において活かそうなことがあれば、教えてください。」

(自由記述、複数該当有)

分野	件数
具体的な運営方法や事前準備の工夫	10
主催側の心構え、傾聴の姿勢	6
終わり方の工夫	3
オンライン形式のわかち合いの会のメリット	2
対象別のわかち合いの会の必要性	1
その他	5

(自由記述、以下抜粋)

- 「手を差し伸べ過ぎない」には、妙に共感できた。依存でなく自立できる力を信じたいと感じた。
- 希死念慮を持つ人への関わり等、一人で頑張らないで、他の人にも共有してもらえたことが有り難かった。
- 予想以上に非常に厳格なルールをひかれている団体のお話もお聞きして、自分たちの活動の在り方を考え続けることが大事だと知らされた。
- オンラインで実施する場合のルールはとても参考になり、今後オンラインの必要性がまたでてきた場合には活用させていただきたい。

問10：「その他、今回の研修に関して、ご意見、ご感想など自由にご記入ください。」(自由記述)

分野	件数
他団体と横のつながりが出来たこと、定期的な交流がしたい	2
講師の話、研修内容が充実していた	3
研修全体の運営面が良かった	2
講師や他団体の話が聞きたい	4
要望・提案	2
その他	4

(自由記述、以下抜粋)

- このような勉強の機会を得られてとても充実した。時間は短く感じた。もう少し色々な方々のお話を聞きたいと思った。
- あっという間の2時間でしたので、正直時間が足りないというのが感想です。しかし、お2人のお話と2回のグループワークで他の皆さんの活動や現状を拝見できたことは良かった。
- 申込から研修会実施まで非常に丁寧にご案内いただき、研修が受講しやすかった。ほかのグループの概要を提示いただけると、参考になる。
- 一度研修会やったから全ての問題が解決するものではない。今回の取り組みをもとに継続して経過をフィードバックし、改めて共有する場が欲しいなと思った。例えば人手が足りずオンラインに踏み出せない団体があれば、今回の研修会を機にノウハウを共有したり合同でわかちあいを開くのもアイデアではないかと思う。

問 11：「今後、JSCP 自死遺族等支援室で取り上げてほしいテーマや要望などがあれば教えてください。」（自由記述）

分野	件数
自死遺族等へのケアについて	3
団体・支援者同士の情報交換	2
行政への協力要請や助成、広報	2
自死と、それ以外の原因での死別の場合のケアの相違点や対応について	1
運営者側のセルフケアについて	1
ZOOM と対面それぞれのファシリテーターの学びについて	1
「自死名所」と呼ばれる地域に対するケアや研究について	1
その他	4

（自由記述、以下抜粋）

- 東尋坊には声をかける活動をしている方などがいるようだが、その他の「自殺の名所」と呼ばれる場所にはそういう方はいるのか？また、その場所の周辺住民に対する心のケアをしている団体はあるのか？そして、その周辺住民の自殺率に他の地域に住んでいる人と比べて自殺率に変化はあるのだろうか？そういった研究をしている人がいるのかわからないが、気になっているので是非取り上げてほしい。
- ZOOM 式と対面式でのファシリテーターの学びを希望。可能でしたら1団体から2人が参加出来る様になると、ここでの学びの共有化ができてさらに実行しやすいと思った。
- 自死遺族等のご家族の小中高生のお子さんが不登校になっているように感じているので、対策や支援策などを取り上げていただけるとご家族の精神的負担を軽減できるのではと思っている。SOS の出し方教育・受け方教育に有効な「折れない心を育てるいのちの授業」なども取り上げてほしい。
- Twitter で自死遺族の方たちと繋がっている。グリーフケアのこと、後追いをしたい方のフォローなど、手探りでやっている。自分の気持ちを吐露する場合ではない時もある。「こんな支援がありますよ」って言うのが、もっと分かりやすく教えていただけるとうれしい。

以上