



このハンドブックは「自死に向き合ういま、私にできること」写真。教区の間東地方など1都8県の寺約460カ所に配布した。自殺を

## 自死と向き合う ヒント手引書に 姿勢や言葉、心がけなど

自殺を考えている人や、自死者の遺族にどう向き合えばいいか、住職の妻らを対象に、具体的なヒントを示したハンドブックができあがった。作成したのは浄土真宗本願寺派東京教区。寺に多くの人が訪れる3月下旬の春の彼岸に合わせて配布。「悩んでいる人に向き合う際の参考にして欲しい」としている。

(千葉恵理子)

### 浄土真宗本願寺派東京教区が作成

えた僧侶たちでつくる「自殺対策に取り組む僧侶の会」のメンバーがおり、今までの経験を生かしてまとめた。

実践的な内容に触れているのが特徴だ。例えば、死を思い詰めている人に見られる兆候として▽墓石の前に長い時間とどまっている▽滞納していた門信徒会費を突然まとめて納入する―などを挙げた。また、自殺を考えた人や自死者遺族による「当事者の声」も掲載。周囲から言

われてしまったこと、うれしかった言葉なども記した。

作成者の1人で「僧侶の会」代表の藤澤克己さんは「向き合う際に答えはない。あくまでヒントとして『こういう風に考えればいいのか』と感じをつかんでくれれば」と話している。

問い合わせは浄土真宗本願寺派東京教区教務所(03・3541・1666)。一般にも1部50円で分けている。

考えている人や自死者遺族などに向き合う際の姿勢や言葉、法要や葬儀の際の心がけなどについて例を挙げながら触れている。

「お寺の奥さん」には、檀家などから、家族内の問題や病気などの深刻な悩みを打ち明けられる人も多い。中には自殺につながったり、自死者の葬儀があったりして、「適切に対応したいがどうしたらいいかわからない」という声が上がっていた。

そこで、同教区内の自死問題専門委員会がハンドブックを企画。委員の中に宗派を超