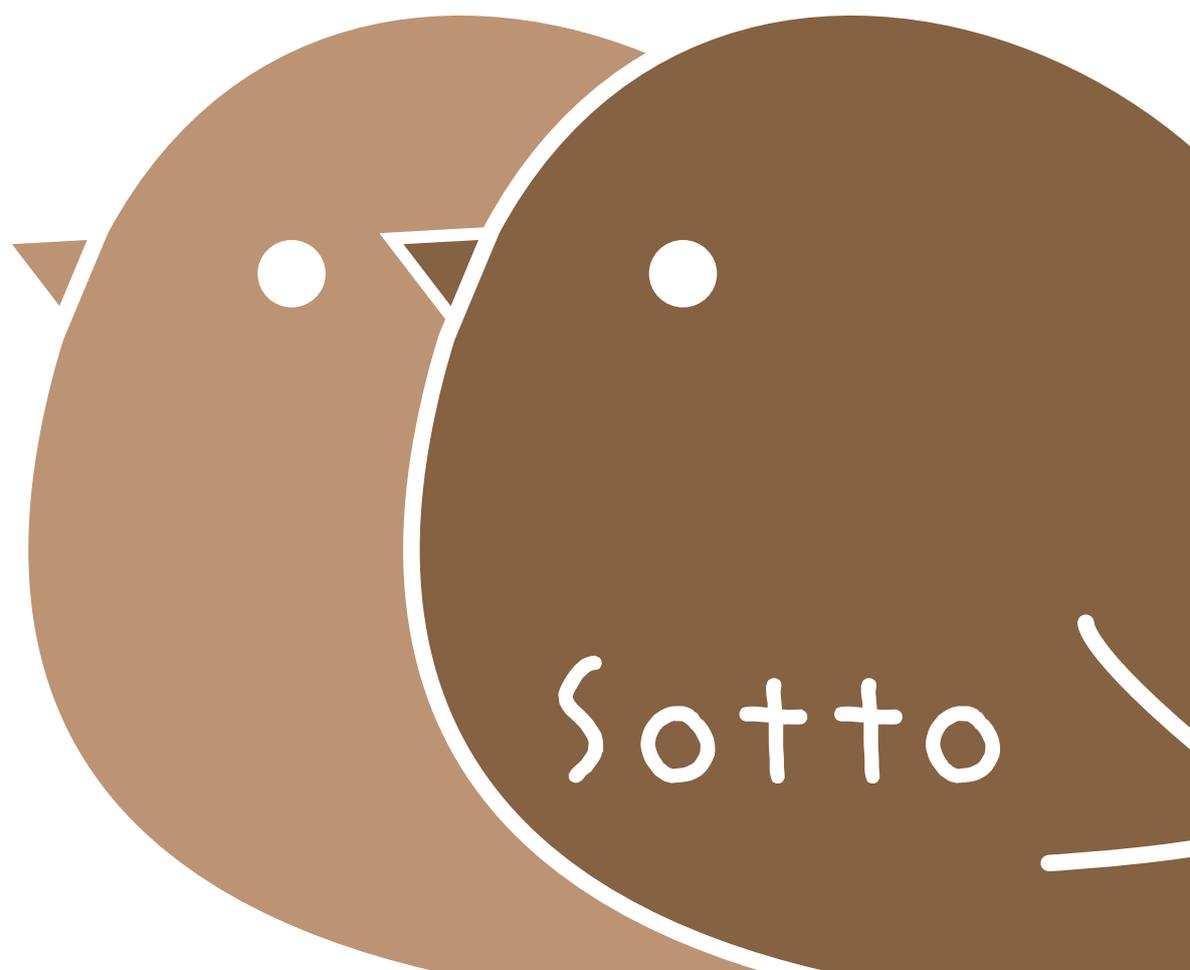


京都自死・自殺相談センター
2012年度事業報告書

ひとりぼっちに
しない。



もくじ

- ごあいさつ
- 相談
- 研修
- グリーフサポート
- 広報・発信
- 外部出講 / 報道記録
- 団体概要・役員
- 会計報告

ごあいさつ

Sotto が設立されて 3 年の月日が経ちました。振り返ってみますと、本当に多くの方々に支えられながら歩んできたことを実感いたします。皆さまからのご寄付やお声がけが、本当に心強く、時に折れそうになる私たちの心を暖かく包んでくださいます。さまざまな関わり方でご支援いただいておりますこと、心より感謝申し上げます。

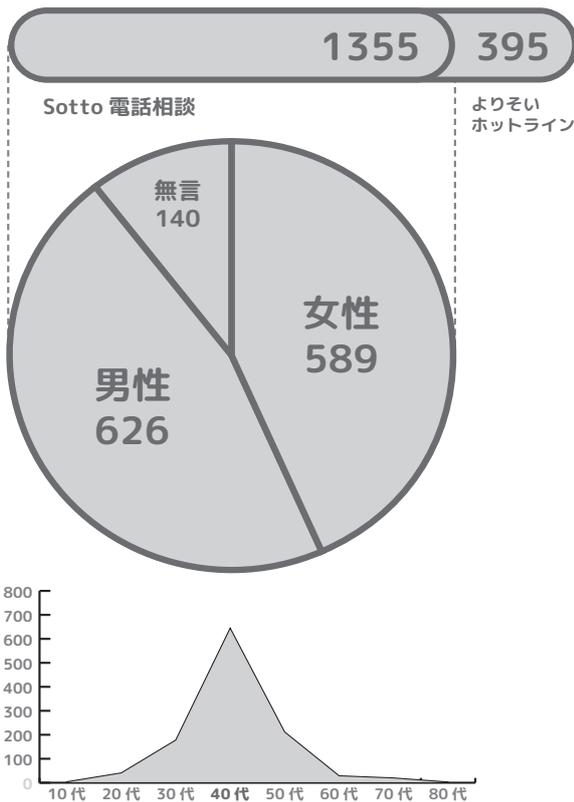
行政や民間団体からの協力要請を受けたり、各種養成講座での受講者の理解度、満足度が上がるなど、この 3 年の間に、多くの方々との関わりの中で、少しずつ成長してきています。背景には、一つひとつの活動について〈自死にまつわる苦悩を抱えた方に対して、私たちが責任をもってできる事は何か?〉ということを中心に考え続けてきたことがあります。このことにより、お互いの対立を恐れず話し合う風土ができつつあることは、とても嬉しく頼もしいことです。

来年度は、メール相談、居場所づくりなど、新たな事業を展開する予定にしています。その際にも、自死にまつわる苦悩を抱えた方の孤独が和らぐ関わり方を突き詰めてとことん話し合い、私たちにできる事を丁寧に為していきたいと思っております。

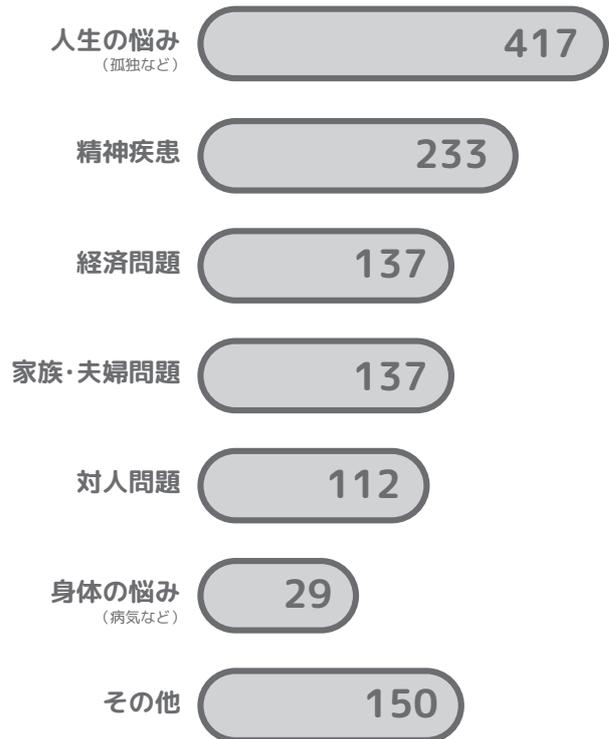
相談

Sotto の基幹事業の一つが、電話相談です。毎週末金曜・土曜の夜 7 時から翌朝 5 時半まで、相談ボランティアが交代で眠ることなく対応しています。2012 年度の総相談件数は、昨年の 927 件から倍増し、1750 件となりました。夜間の 2 日間だけの開設ですが、本当に多くの悩みが寄せられていることを実感します。年代別では 40 代・50 代が最も多いですが、10 代・20 代の若年層からも相談が寄せられています。また、相談される方の約 6 割に自死念慮が認められ、相談内容別では、孤独感など人生の悩みに関する相談が 417 件と最も多く、精神疾患 233 件、経済問題 137 件、家族・夫婦問題 137 件と続きます。相談される方が抱える苦悩はさまざまですが、私たちはしっかりとその方の苦悩そのものを大切に受け取り、そっと側にいる存在であり続けたいと考えています。

電話相談総件数 **1750** 件



相談内容別



面談 12 件

メール相談 77 件

「よりそいホットライン」は、社会的包摂サポートセンターが運営する 24 時間フリーダイヤルの電話相談です。全国の民間の相談団体が連携して電話を担当しており、Sotto も協力しています。

研修

研修委員会では、毎年1回開催しているボランティア養成講座の他、仮設住宅への訪問活動を行う相談ボランティアの養成講座（仙台市3回、陸前高田市1回）、宗教者対象のゲートキーパー養成研修会（京都市委託事業）など、さまざまな研修会を開催しました。

研修会では、〈自死にまつわる苦悩〉について想像力をはたらかせ実感していただくことと、〈苦悩を抱えた方の苦悩が和らぐ関わり方〉の基本的な姿勢についてお伝えすることを大切にしています。研修を通じて、たくさんの方々と出会い、自死について語り、考える時間を持てたことは、研修スタッフにとっても貴重な経験となっています。当センターの研修は、研修を提供する者と受ける者とは、決して先生と生徒の関係ではありません。体験学習を通して、ともに成長していくことを大切にしています。

来年度も、同様の研修会を予定しております。本年度の振り返りを活かして、より分かりやすく、実感の持てる研修会をめざして、スタッフ一同、丁寧に取り組んでいきます。

被災地応急仮設住宅訪問活動ボランティア養成講座実施記録

9月29・30日	浄土真宗本願寺派東北教区災害ボランティアセンター	12名受講
10月2・3日	陸前高田ドライビングスクール	9名受講
1月26・27日	浄土真宗本願寺派東北教区災害ボランティアセンター	9名受講

いずれの講座も、すでに現地の相談員として活動している講座修了生にもご参加いただき、スタッフもあわせて約25～30名にて開催。

また、認定された相談員を対象に、活動姿勢を確認したり実際に困っている問題について共有するための仮設住宅居室訪問活動フォローアップ研修を随時おこなっている。2012年度は8月23日、11月22日、3月7日に実施。



グリーフサポート

偶数月の第2木曜日に「語りあう会」を開催しています。「語りあう会」は、家族、恋人、同僚、友人など、ご自身にとって大切な人を自死で亡くした方が〈今の気持ち〉を安心して語ることのできる場所です。最大5名までの少人数のグループで和室に椅子を並べて語りあいます。スタッフは進行役をするとともに、そばにいてしっかりとお話をお聞きます。2012年度は延べ15名の方が参加されました。毎回1, 2名の少人数ながら、参加者がおられることを思うと、このような場が必要とされていることを実感します。今後は、より多くの必要とされる方に情報が届くよう、広く情報を発信したいと考えています。奇数月にはグリーフサポート委員会を開催しました。語りあう会や、より良いグリーフサポート事業の方向性について、委員会に所属するスタッフが集まり長時間かけて議論しました。

9月には、グリーフサポート委員会に所属するスタッフで、グリーフサポート研修を開催しました。大切な人を自死で亡くした人を支えるためにどのようなことが必要なのかを真剣に考え、ロールプレイなど実践的な学習も交えて学びました。

今後も、参加される方の気持ちを大切に、居心地の良いほっとできる場所づくりのために、活動を続けます。

過去の「語りあう会」開催記録

- 1 2011年12月8日 18:30～21:00
ひと・まち交流館 京都 和室 4名参加
- 2 2012年2月9日 18:30～21:00
ひと・まち交流館 京都 和室 4名参加
- 3 2012年4月12日 18:30～21:00
ひと・まち交流館 京都 和室 4名参加
- 4 2012年6月14日 18:30～21:00
ひと・まち交流館 京都 和室 4名参加
- 5 2012年8月9日 18:30～21:00
聞法会館 和室 2名参加
- 6 2012年10月11日 18:30～21:00
聞法会館 和室 2名参加
- 7 2012年12月13日 18:30～21:00
聞法会館 和室 1名参加
- 8 2013年2月14日 18:30～21:00
聞法会館 和室 2名参加

語りあう会 風景



広報

広報委員会では、より多くの方に当センターの相談窓口を知っていただくために、行政の窓口や病院への啓発冊子の配布、電話相談カードの設置などの広報活動を継続して行なっています。

また、毎月一回、ボランティアが街頭に立ち、相談窓口を紹介するチラシやカードを配付し、あわせて募金も行なっています。なかなかカードを受け取っていただけなかったり、一喜一憂することもあります。その場でご相談をもちかけられることもあるなど、顔のみえる形での活動の意義を感じています。

今後は、自死率の高い若年層向けに、大学などの教育機関を中心に、カードの設置場所を拡大していく予定です。

街頭募金活動記録

2012年			2013年		
04月13日	5,023円	318枚	01月23日	8,810円	311枚
06月15日	10,493円	217枚	02月13日	7,408円	500枚
08月31日	5,382円	946枚	03月29日	5,745円	500枚
12月26日	7,236円	468枚			

発信

発信委員会は、広報活動委員会と連携して、自死に関する情報を発信するためのさまざまな企画づくりを行なっています。具体的にはリーフレットの作成やシンポジウムの開催が活動の中心です。

昨年度は、3月31日、京都府自殺対策事業補助金を受けて、「自死・自殺に本気で向き合う」シンポジウムを開催しました。法曹・行政・遺族支援など様々な領域で活躍するパネリストをお迎えし、具体的な課題をもとに、自死の苦悩を抱える方が必要とする支援とは何か、本気の議論がなされました。その後、ボランティアに申し込む方も少なく、支援活動に興味がある方へ一歩踏み出すきっかけを提供できたように思います。

その他、自死念慮者の方に相談窓口があることをお知らせする、自死遺族の方に語りあいの会の開催を伝える、広く一般の方に自死・自殺についての偏見をなくすような情報を発信するなど、対象者にきちんとお届けすることができる情報発信を目指します。

シンポジウム

本事業の目的は、自死にまつわる苦悩を抱えた方を大切にする支援とは何か、議論を深め、来場者が具体的な支援活動に一步踏み出すためのきっかけや情報を提供することである。また、それによって社会における自死遺族支援・自死念慮者支援の充実を図るものである。現場に即した内容にするため、法曹・行政・遺族支援など様々な領域で活躍するパネリストを迎え、京都府の福祉・援護課からの具体的な問題提起をもとに議論を展開した。

来場者とともに考える一体感を重視し、質問用紙をリアルタイムに議論の中に反映したり、シンポジウムで印象に残った言葉や気づきをホワイトボードに貼っていくなど参加型の仕掛けを導入し、双方向のシンポジウムとなった。

広報としては、対人支援に従事している方（医療関係者、弁護士、ボランティア、宗教者など）および対人支援に関心のある方（ボランティア、学生など）を対象として、チラシ（1万枚）、ポスター、インターネット（ホームページ、SNSなど）、街頭活動などを通じて告知を行った。

特定非営利活動法人 京都自死・自殺相談センター Sotto シンポジウム

自死・自殺に 本気で向きあう

2013年3月31日 日
キャンパスプラザ京都5階 第1講義室

13:30～16:30 (13:00 受付)

16:30～17:00 (ボランティア募集説明会)

入場無料

申込不要
定員 200名

パネリスト紹介

生越照幸

片岡美佳

金子久美子

吉田まどか

一人ひとりを大切にする支援とは

昨年2012年、14年連続で3万人をこえていた自ら命を断った方の数が、はじめて3万人を下回りました。国や民間団体によるさまざまな施策が次第に広まりつつあります。私たちは、〈3万人をこえた〉〈3万人を下回った〉という社会問題としてだけでなく、自ら命を断った方、大切な人を亡くした方、そして、今まさに死にたい気持ちで苦しんでいる方、一人ひとりのことを大切に考えたいと思っています。このシンポジウムでは、「一人ひとりの苦悩を大切にする支援」のあり方と可能性に焦点をあて、自死の苦悩を抱える方が必要とする支援とはなにか、具体的な課題をもとに考えます。これまで自死の苦悩に向き合ってきた法曹・行政・遺族支援の3つの領域で活躍する支援者とともに、ここ京都から、本気の議論を発信していきます。

お問い合わせ

特定非営利活動法人 京都自死・自殺相談センター事務局 ☎ 075-8604000 📧 info@sotto.or.jp 🌐 <http://www.sotto.or.jp/>

交通アクセス

キャンパスプラザ京都（ビックカメラ前、JR京都駅ビル駐車場西側）

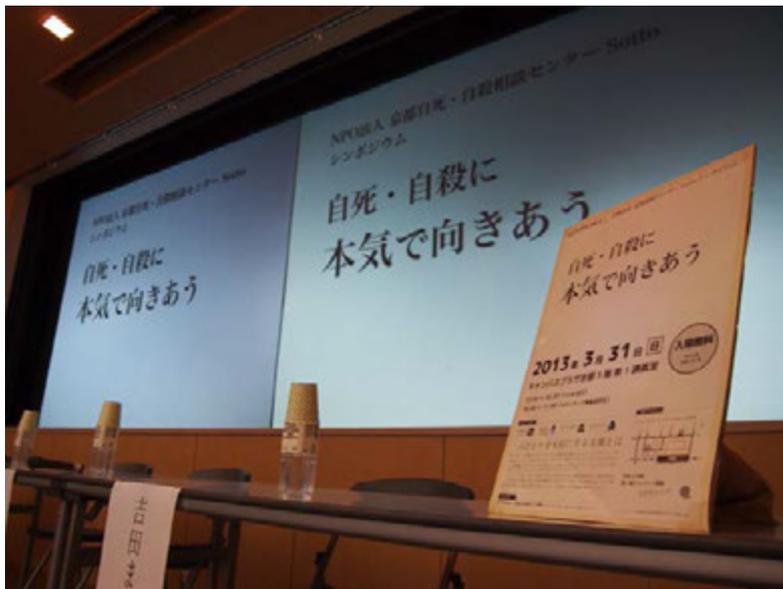


平成25年度
第4期ボランティア募集

当日説明会をおこないます

このシンポジウムは京都府自死対策事業補助金を受けて開催します。

- ・シンポジウム参加者 112 名
- ・シンポジウム後に開催した、NPO 法人京都自死・自殺相談センター Sotto のボランティア説明会に約 30 名が参加。
- ・説明会后、同センター養成講座に 4 名の申込みあり。支援活動に興味がある方に対して、一步踏み出すきっかけを提供できた。
- ・アンケート回収枚数 40 枚
- ・質問用紙 23 枚
- ・付箋記入 27 枚



外部研修講師・報道記録

外部研修講師・シンポジウム登壇

- 5月 災害被災者支援ネットワーク・富山
- 6月 災害被災者支援ネットワーク・富山
- 7月 災害被災者支援ネットワーク・富山
- 9月 浄土真宗本願寺派社会福祉推進協議会岐阜教区支部
災害被災者支援ネットワーク・富山
- 11月 京都教区寺族青年僧侶連絡協議会
上智大学グリーンケア研究所
浄土真宗本願寺派兵庫教区教務所本願寺派神戸別院職員研修
- 12月 第3連区ビハーラ研修会
- 1月 京都府税務職員等人権職場研修
- 3月 呉竹組御同朋の社会をめざす運動研修会
下京こころのふれあいネットワーク自殺対策講演会

新聞

- 5月20日 本願寺新報
- 9月18日 東海新報
- 10月6日 東海新報
- 10月17日 毎日新聞
- 11月12日 朝日新聞
- 1月12日 京都新聞
- 1月31日 週刊仏教タイムス
- 2月16日 読売新聞
- 3月6日 文化時報

テレビ・ラジオ

- 12月15日 KBS ラジオ
- 1月21日 NHK 京都
- 2月21日 KBS 京都

自殺防止に宗教者の知恵

京都市「ゲートキーパー」委託

京都市は、日常生活に悩む人に寄り添い、自殺防止につなげる「ゲートキーパー」を、宗教者に担ってもらい取り組みを始める。政教分離の観点から、行政と宗教は関わりにくい面があったが、宗教者が自殺防止に向け、積極的に活動していることに着目。悩みを抱える人や遺族と接する機会が多い宗教者側の関心も高く、25日から初開催する講座の一部は、すでに定員に達している。

(鷲尾有司)

25日から初の講座

同市の自殺者数は景気低迷に伴って1998年から急増し、近年は300人前後で推移。市は97年の240人を下回ることを目標に、2009年度から大学の教職員や薬剤師、産業医らを対象に講座を開き、ゲートキーパーを養成してきた。すでに約3000人が修了しており、悩みを持つ人の相談に乗ったり、病院などの専門機関を紹介したりしている。

取り組みを進める中で、寺社が集中する京都の特性を生かそうと、仏教関係者らで

すでに定員の25人に達するなど、関心を集めている。

宗教者側も悩みを抱える人たちに積極的にいかかわっており、今回の講座を担当する同センターは毎週金、土曜に各10時間の電話相談を実施。自殺を考えながら周囲に打ち明けられず、苦しむ人たちの声に耳を傾けている。電話口で「リストカットした」「ロープを首に巻いている」と言う人もいるが、話を聞いてもらえると、「今日はやめておきます」と思いとどまる人もいるという。

同センターの竹本了悟代表(35)は「話を聞くことは、話す以上に難しく、講座を通じて私たちの経験を伝えたい」と語り、「自殺を考えている人の『生きる力』を呼び起すため、ゲートキーパーとして息の長い活動をしてもらえれば」と期待している。

問い合わせは、同センター(075-533655・1600)へ。

組織概要・役員一覧

組織概要

特定非営利活動法人
京都自死・自殺相談センター
理事長：清水新二
設立：2010年10月20日
法人格取得：2011年4月12日
事務局有給職員：4人

役員一覧

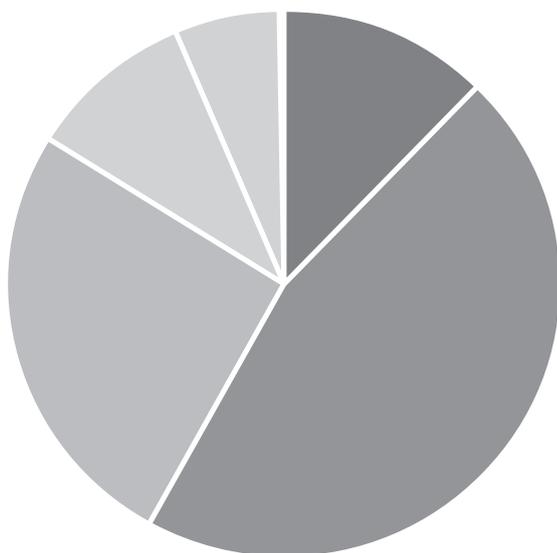
理事長 清水新二
理事 池田行信
生越照幸
竹本了悟
野呂 靖
金子宗孝
廣谷ゆみ子
吉田典生
監事 武田慶之

組織図



会計報告

収入の部：10,524,063 円



科目	金額 (円)	%
会費	1,315,000	12.5%
寄付	4,795,645	45.5%
活動収入	2,745,334	26%
委託金収入	1,000,000	10%
助成金収入	668,000	6%
利息	84	0%
合計	10,524,063	100%

支出の部：7,148,493 円



科目	金額 (円)	%
相談事業	651,020	9%
研修事業	486,093	7%
発信事業	1,234,297	17%
広報事業	387,599	6%
ファンドレイジング事業	169,250	3%
グリーンサポート事業	148,233	2%
京都市委託事業	756,044	10%
被災地支援事業	396,500	6%
管理・運営費	2,919,457	40%
合計	7,148,493	100%

2012年度事業報告書(2013年5月発行)

特定非営利活動法人 京都自死・自殺相談センター

<http://www.kyoto-jsc.jp/>