

BE

会報第一号

(二〇一〇年四月発行)

京都自死・自殺相談センター

〒六〇〇一八三四九

京都市下京区西中筋通花屋町下ル堺町九二

TEL 〇七五-三七一一九二四四 内線七〇

(平日 九時～一七時) 設立二〇一〇年

「あいさつ」

代表 竹本 了悟

二〇一〇年春、たくさんの方々からのご支援により、関西に住む一〇人のメンバーが中心となって、「京都自死・自殺相談センター」を開設いたしました。

この名称、少し変っているなど感じかもしれませんが、この名前に決まるまでに、何度もメンバーで集まり、多くの時間を費やしました。とくに「自死」と「自殺」のどちらにするのか、「防止」「対策」「予防」「相談」などのどれを名称として用いるのか、ということが議論の中心となりました。

結論としては、まさにいま生きづらさや苦悩を抱えておられる方が、アクセスし易いことを第一に考えて、「自死」と「自殺」を並記し、「相談センター」としました。

「自死」と「自殺」を並記したことには、死にたい気持ちに関する、さまざまな価値観を全て受け入れていきたいという思いが込められています。また、「相談センター」としたのは、多様な価値観をそのまま吐き出す場所があり、その思いをそのまま受けとめる人がいる、ということを分かり易く示すためです。

私たちの団体は、「死にたい」「生きているのが辛い」「消えてしまいたい」といった気持ちをひとりきりで抱え込んでいる方、すぐ側に居たい、何とかして支えたい、という思いがひとつの形として結実したものです。

活動内容は「相談」「啓発」「遺族支援」の三つを大きな柱としていきますが、これらすべての活動には、そばにいる／味方になるという姿勢を基本とします。全てのメンバーが、この姿勢を学ぶための研修を必ず受け、その心構えと態度を身につけることを目指しています。



まだまだとても小さな団体ですが、しっかりとした活動を続けていくことで、多くの仲間が増え、ひとりでも多くの方の支えとなることができるよう、一丸となつてがんばって参ります。皆さまのご支援を何卒よろしくお願い申し上げます。

【当センター理念】

〈名称〉

京都自死・自殺相談センター

〈愛称〉

S o t t o (そっと)

〈キャッチフレーズ〉

つながる ひろがる わたしの今

〈理念〉

あなたも わたしも

ありのままに認めあえる関係をめざします

人と人との奏でる安らぎを響きわたらせたい

ほっとできる今を一緒にさがします

〈設立目的〉

日本では一九九八年以降、毎年三万人を超える人びとの
いのちが自死によって失われています。

また京都市においても、国の状況と同じく年間三〇〇人
前後の水準で推移しています。

私たちが生きるこの社会を「ありのままに互いを認め合い、
安らぐことのできるような、生きやすい社会にしたい」と
いう思いから、死にたい程の悩みを抱える方の声に耳を
傾ける、民間の相談機関を設立します。

〈概要〉

「京都自死・自殺相談センター」は、精神的な苦痛、孤独、絶望、
抑うつにより自死の危機が迫っている人に対して、「友とな
る」「味方になる」という姿勢で傾聴することにより、感情
的な支えを提供します。

〈事業内容〉

①相談活動

- ・電話による相談対応
- ・手紙や面談による相談対応
- ・ボランティアスタッフの育成

②啓発活動

- ・研修会、講演会、シンポジウムの開催
- ・パンフレット、リーフレットの作成・配布
- ・自死に関わる刊行物の発行

・募金活動

③自死遺族支援

- ・遺族へのサポート方法を学ぶ研修会
- ・自助グループのサポート

【取材報告 フリージャーナリスト 渋井 哲也氏】

― 渋井氏にご自身の経験をお話しいただいた。

一九九八年、摂食障害の取材を機に「生きづらさ」について考え始めるように。幼少期の生活環境が死や自殺と身近だったことも影響し、自殺について取材を始めることになった。

フリーライターとして、生きづらさを抱える少年少女と関わる中で彼／彼女たちの「身近な人に知ってもらいたい、思いを届けたい」という無言の叫びに気が付いた。取材を受け入れることの背景には、自分の思いを発信したいということがあると感じる。

取材した少女から突然「愛って何？」とだけのメールがきたが、緊急性を感じず、返信を翌日に持ち越した。

翌朝、少女が自殺していたことを知った。メールを確認すると最初のメールの三時間後に「みんなありがとう、さようなら」と飲んだ薬一覧を添付した一斉メールがきていた。あの時連絡しておけば・・・自責の念に駆られた。この少女との出会いは、今の自分のあり方にとても大きく影響している。

互いの正体がないまま、枠にはめず、対等に話すことができる。そうした態度で、共に生き、共に歩んでいくことが、生きづらさを抱える人の支えになる。

こんな生きづらい社会だから、死にたくなるのは当たり前、人生のなかで、自殺を考えることは普通にある。自殺を異常な状態、病だと考えない。あるべき論から入らず、現実的でない価値観を枠にはめたり押し付けたりしない社会を望んでいる。

※全記事はニューズレターにて報告予定！お楽しみに。

【渋井哲也氏プロフィール】

一九六九年栃木県生まれ。九三年東洋大学法学部卒。

「長野日報」社を経て九八年フリーに。二〇〇一年東洋大学大学院文学研究科教育学専攻博士前期課程修了。

著書に『ネット心中』（NHK出版）、『ウェブ恋愛』（ちくま新書）、『明日、自殺しませんか』（幻冬舎文庫）などがある。

HP: <http://homepage3.nifty.com/sbteuya/>

アドレス: hampen1017@gmail.com

【報告】

●募金

二〇一〇年四月二五日（月） 一六時～一八時

四条河原町にて

この時の活動模様がNHKテレビに放映されます。

●報道

・二〇一〇年四月七日付 毎日新聞

ルポ二〇一〇：変える・社会起業的生き方

「絶望と希望の先」

事務局 涉外 尾角光美掲載

・二〇一〇年三月七日付 京都新聞

信ふたび「届けたい」5」

事務局 広報編集 中西正導掲載

【ご協力のお願い】

「募金」

(振込先) ゆうちよ銀行 当座

京都自死・自殺相談センター

郵貯間 00950・0・271875

他行間 店番099 番号0271875

※ 現金書留も受付可

振替用紙ご希望の方には郵送致します

「会員募集」

当センターを支えていただく、会員を募集いたしております。

一口 年間 三〇〇〇円

会員の皆様には、会報並びに冊子等の送付、講演会案内等を考えております。

ご協力宜しくお願い致します。

【募金協力一覧】

(二〇一〇年四月一日～三十日)

浄土真宗本願寺派

永田 祥吾

法然院 梶田真章

内海 智之

若手僧侶の会 the white path

敬称略

皆様方のご協力に心より感謝致します。

執行委員会一同

【連絡事項】

● ブログを開設しました。ホームページは近日公開予定。

(事務局ブログ) <http://d.hatena.ne.jp/kyoto-sotto>

(ホームページ) <http://www.kyoto-jsc.jp>

是非皆様ご覧ください。

● 二〇一〇年五月六日(木) 十八時十分よりNHKテレビの

「京いちにち」というニュース番組の京都地域特集におい

て、「京都自死・自殺相談センター」の活動の様子や、イ

ンタビュー、募金活動風景等が放映されます。

今後マスメディアにおける報道の際は、会報やホーム

ページ上にて告知させていただきます。

【編集記】

毎日を生きていく中で、それぞれ多くの親しい人たちと

ふれあっている。「ふれあい」を調べてみると、主に地域

社会内において、年齢や職業の異なる人間が情緒的につな

がった関係を形成することにあるという意味だそうだ。

しかし私たちは果たして本当に触れ合っているのだろうか。

私たちは、多くの親しい人たちの本当の悩みや心の内を

知らない。本当の意味での「触れ合い」とはただ物質的に

触れ合っているのではなく、お互いの心の奥に触れること

なのではないだろうか。そうした触れ合いを持ってこそ、

本当に私たちにとって大切な人ではないだろうか。

編集 中西 正導 ㊦

■桜の葉

桜の花びらが舞っていた京都の町も、五月に入り新緑の季節へと徐々に装いを変えています。先日、ふとテレビの音楽番組をつける時、人気アイドルグループのこんな歌が流れてきました。

桜の花は／未来の葉／いつか見たその夢を／思い出せるように

(詞 秋元 康「桜の葉」)

桜の季節に抱いた夢を、これから先も忘れることがないように、花びらを「葉(しおり)」にして心に挟んでおこう、そんな内容です。

私たちの活動も、その思いがぶれることのないように、いつでも原点に戻れるように、今の気持ちにしっかりと「葉」を挟んで活動を進めていきたいと考えています。

■「死にたい」気持ち

葉を挟む「心」には、「前向きな夢」や「幸せな気持ち」ばかりが詰まっているとは限りません。

生きていくことの全てが思い通りにはならないように、ときに自分の力ではどうすることもできない大きな苦悩に直面する事は、誰もが一度は経験することでしょう。

そうしたとき、心は大きく揺れ動き、「いつそのこと死んでしまったら楽になれるのに…」というように、本当は避けたい「死」でさえも心に浮かんでくる場合があります。その意味で、自殺したいという気持ちは、場合によっては誰にでも起こりうる自然な感情といえるかもしれません。このことは、自殺は決して「他人事」ではない、私たち一人ひとりが向き合う「自分自身の問題」であることを教えてくれます。

■そつと肩を並べる

私たちの団体名「京都自死・自殺相談センター Sotio」には、そうした苦悩を抱えきれないほど背負い込み、坂道の途中で立ち止まっている人の側に「そつと」寄り添うことができれば、という願いが込められています。

大きな荷物を抱えている人の、その荷物のすべてを肩代わりして受け取ることはできないかもしれません。しかし、せめて同じ歩調で歩み、肩を貸すことができれば、一人ではもはや歩く事が困難に見えた坂道も、少しだけ以前とは違った風景に見えてくることでしょう。

*

「京都自死・自殺相談センター Sotio」は今、電話相談窓口の開設にむけて準備を進めています。肩を貸し合う仲間へボランティアが一人でも多く集まることを願っています。

京都自死・自殺相談センターの設立に際し、ご協力下さった皆様方

(敬称略・順不同)

【団体寄付】

- 井筒法衣店
- 川勝法衣店
- お仏壇のはせがわ
- 京都コムニタス
- 図書印刷同朋舎
- さつま屋法衣店
- 自照社出版
- 孝道教団
- 本願寺派山陰教区 正覚寺
- 本願寺派東京教区 光明寺
- 本願寺派兵庫教区 善稱寺
- 本願寺派安芸教区 西教寺
- 本願寺派大阪教区 信行寺
- 源照寺 婦人会ターナ募金
- 本願寺派大阪教区 正光寺
- 本願寺派東京教区 本覚寺
- 本願寺派兵庫教区 金照寺
- 本願寺派北豊教区 寶壽寺
- 本願寺派佐賀教区 因通寺
- 本願寺派 超願寺

【個人寄付】

- 本願寺派 善照寺
- 本願寺派東京センター
- 若手僧侶の会
- the white path
- 丘山新
- 大江宏玄
- 高田文英
- 新田智道
- 陳継東
- 藤井淳
- 石上智康
- 西義人
- 葛野洋明
- 松本澄子
- 清水貴子
- 藤知見
- 藤本貴和
- 安部智海
- 田中屋
- 木村光良
- 調誠学
- 伴林俊哉
- 初瀬部真亮
- 八橋大輔
- 田中真
- 山本浩信
- 藤田真証
- 佐々木隆晃
- 香川真二
- 塚本一真
- 稲田英真
- 黒田義道
- 吉水真暁
- 武田慶之
- まつむらひろみ
- 松井絹子
- 草田みち子



その他、本願寺御正忌報恩講期間中、及び京都市内における街頭募金の際には、多くの皆様方よりご寄付を賜りました。心より厚く御礼申し上げます。今後ともよろしくお願いいたします。

当日バタバタしながら何とか完成をみた、手作りの募金箱です。ダンボールに紙を貼って、文字を書いただけですが、愛着のあるものです。

京都自死・自殺相談センターのポスターが出来上がりました。気になる景色は、岐阜県の養老で撮影したものです！

