



コラム

新型コロナウイルス感染症が蔓延する社会に想うこと

ここ数か月、STAY HOME、自粛しよう、という言葉を見ない日はありません。新型コロナウイルスの感染拡大を防ぐには、いま確かに必要なことです。一人ひとりが自主的に行動することで、この感染症に苦しむ人を一人でも増やさないことができるのですから。

一方、この感染症と直接には関係のないような、思ってもみないところにまで影響がでているように思います。そうして、世間は以前にも増して心地の悪い雰囲気になっているようにも感じます。いや、もしかすると以前よりずっと感じてきた心地の悪さが、より輪郭を増して噴出しているのかも知れません。先日、そんなことを感じる出来事があり、ぼく自身なんだかモヤモヤしていますので、ここで吐き出させてください。

ある社長さんが「この困難をチャンスにする」と事業も大変だろうに張り切っておられました。それを聞いたある方が「チャンスなんて不謹慎だ、亡くなる人もいるのに」と言ったのです。うん、そうかもしれない。けど、本当にそうだろうか、…。皆さんは、どの様に感じますか？ ぼくは何となくモヤッとしました。そこで、このモヤモヤはいったい何だろうかと考えてみました。

Sotto は死にたい気持ちを持った方と共に歩いていく活動です。ぼくたち自身、かつて／いまも／いつか、死にたい気持ちを持つという感覚を大切にしています。確かに、この感染症で亡くなった方に哀悼の意を表する思いはあります。しかし、その上で「この困難をチャンスにする」ことは不謹慎なのでしょうか。ぼくは、思わずところの中で「いやいや、そもそも日本の社会は沢山の人を毎日のように自死へ追い込んでよ。新型コロナウイルスに関係なく、いつでも誰かの困難をチャンスに世の中動いているよね」とつぶやいてしまいます。きっと、このモヤモヤは、自死する人には関心を向けないのに、この感染症で亡くなる人には過剰に反応する、その違いに違和感を持ったからなのだと気付きました。

今回の危機があろうがなかろうが、死にたい気持ちの時に、この世界は地獄です。むしろ、死にたい気持ちにさせられる、いまのこの社会の仕組みが大きく変わるという意味では、ぼくたちにとって大きなチャンスなのかもしれません。もちろん不謹慎との批判の意味も理解できますので、誰かを踏み台にするようなチャンスにはしたくありません。だれもがほっとできる、多様なところの居場所をたくさん作るチャンスにしていけるのではないかと思います。

(代表 竹本了悟)

10周年リレーコラム 第一回

今年で京都自死・自殺相談センター Sotto は 10 年目を迎えます。10 周年にあたって、Sotto を様々な形で支えてくださってきた理事の方にリレー形式で、Sotto への想いをコラムにさせていただくという企画を今回からスタートします。一口に理事と言っても、お一人お一人様々な背景を持ち他団体で活躍されている方も多いため、多様な視点から Sotto という団体について改めて浮き彫りにしていただければと思います！



10周年を迎えて

私の Sotto との出会いは、京都市が実施するプログラムでの「活動の伴走者」でした。Sotto から「より活動を広げ様々な方と連携していくには？」という相談に対し、改めて活動の始まりや、運営メンバーの皆さんの想い、そしてアクションについて伺いました。話を聞き、団体として「自死・自殺にまつわる苦悩を抱えた方の心の居場所づくり」を行ってこられていましたが、僕にはそこから見つかった「他者とのコミュニケーションのあり方」や「いきやすさとは何か」ということも、Sotto の価値のように感じました。ボランティア養成講座で学べる、スタッフの皆さんが大事にしているコミュニケーション方法、各活動のなかで出会える他者の価値観。1つ1つの場に多くの人が学び、理解し合う機会がある活動だと思いました。

当初の「連携していくには？」という問いの答えは、まだまだ探しているところですが、どんな団体や組織、そして個人の方でも、Sotto のみなさんに会い、話を聞いてもらう機会があれば、少し心が軽くなるのではないかと、そんなふうに思います。そして、その気持ちで自分の周りの世界を見聞きすれば、色んなものが見えてくるような気がします。そんな Sotto の 10 周年を祝うとともに、いままさに不安が世界を覆う中だからこそ、様々な人たちと手を取り合い活動を続けて欲しいと願います。

(まちとしごと総合研究所 東信史)



令和2年度 おでんの会・ごろごろシネマ 開催と中止について

おでんの会は死にたいほどの悩み、誰にもわかってもらえない孤独を感じている方のために少しでも安心して過ごせる場所になればとの思いで開かれています。

元々「研究の場」と「食事の場」の二種類の場を持つ形で始まりましたが、昨年度より「からだ・こころリラックスの場」を加えて三種類の場を設け、参加する方に少しでも居心地よく居てもらおうと工夫を重ねてきました。また、今年度からは「からだ・こころリラックスの場」の中で音楽演奏を取り入れることも決め、準備してまいりました。

また、ごろごろシネマでは積極的な他者との交流は苦手という方にも共通の趣味を持つ人たちの集まりという安心感の中ゆっくり過ごしてもらえる居場所を作ろうという趣旨で開催して参りました。

ところが皆様もご存知の通り、新型コロナウイルス感染症が拡がることによって、今年度のおでんの会・ごろごろシネマ開催は年度早々から難しい判断を迫られることになりました。

Sotto としては何とか心の居場所を確保しようと、3月と4月の会では、アルコール消毒・手洗いうがい・換気・参加人数と開催時間の縮小と、徹底したコロナ感染対策のもとに開催しました。「死にたいほどの気落ちに待たなし」との強い思いがありました。

実際、参加された方からは「コロナに罹って死ぬのと自死で死ぬのでは自死の方のリスクが高いという気持ちです」と、普段から抱える苦しみの強さをお聞きすることがありました。

しかしながら、以後感染状況はどんどん拡大し、経路不明の感染もますます確認されるようになってきました。スタッフで何度も話し合いの場を持ち、様々な意見が出ました。こんなに苦しい時だからこそなんとかこの居場所を確保できないか、何か他にも工夫できる余地がないかと散々に頭をひねりました。一方で、参加される方の安全も気に掛かるころでした。公共交通機関に乗ってこられる間の感染リスクや、万が一にもおでんの会がクラスター発生場になってしまったその時、参加者の皆さまにまで批判が向くことになったらと恐さも感じました。このような中で「安心して過ごせる居場所」という大前提が担保できるのかということになり、5月の開催は断念せざるを得ないとの苦渋の決断に至りました。

正直なところ、死にたい気持ちを抱えた方の心の居場所として、今こそ必要だと思っているのに開催できない、そうした忸怩たる思いもあります。どうすればいいのか、本当のところ、今なお私たちも迷いながらの判断ではあります。安心して開催できる日が来るのを信じて待ちながら、どうか皆さま何とかやり過ごしてまいりましょう。

対面形式ではない、メール相談並びに電話相談窓口は継続しております。死にたい気持ちを1人では抱えきれなくなった時には、こちらの相談窓口をご利用ください。

(電話相談) 075-365-1616 金曜・土曜 19:00 ~ 25:00

(メール相談) <http://www.kyoto-jsc.jp/mail>

(居場所づくり委員長 小坂 興道)

【お知らせ】
今をやりすごせ！
Sotto 緊急生鼎談！！
6/8月夜



フェイスブックで検索！

京都自死・自殺相談センター



世間の常識、Sotto の非常識。感染症の影響でもやもやする日常をどうやりすごすか。

そして、これからの未来に何が必要なのか。

生越照幸(当センター理事長/弁護士)、松本俊彦(当センター理事/精神科医)、竹本了悟(当センター代表)の鼎談を facebook アカウントから生配信予定です！時間など決定次第、facebook アカウントにてお知らせいたします。

ぜひこの機会にフォローよろしくお願いします。

今月のことば

毎日、自己のきれいなことを二つずつ行うのは
魂のためによいことだ。

モーム 『月と六ペンス』

活動報告

- 4月電話相談件数・・・43件（無言6件）
- 電話相談委員会・・・グループ研修 4/16 参加6名
- 4月期メール相談件数・・・受信107件、送信81件
- メール相談委員会・・・委員会会議 4/8 参加5名、4/29 参加7名
- 居場所づくり委員会・・・委員会会議 4/23 参加6名
おでんの会 “食事の場” 4/1 申込10名（参加6名）
- グリーフサポート委員会・・・委員会会議 4/23 参加6名
- 広報発信委員会・・・委員会会議 4/14 参加6名
- 映画委員会・・・委員会会議 4/23 参加6名
ごろごろシネマ 4/15 申込2名（参加1名）



寄付ご協力一覧（敬称略・順不同）2020年4月1日～30日受付分

ご協力にこころより感謝いたします

浄土真宗本願寺派

京都・長慶院

藤 大慶

株式会社エクザム

荻野 昭裕

福井市・正養寺（藤井知興）

葛野洋明

京都・西岸寺

匿名8名（syncable 寄付者含む）

永江 武雄

長嶋 蓮慧

Sotto コメント

生活にメリハリつけてやっていきたいです
(A・Y)

発行 2020年5月

特定非営利活動法人 京都自死・自殺相談センター事務局

〒600-8349 京都市下京区西中筋通花屋町下ル堺町92

T E L 075-365-1600

U R L <http://www.kyoto-jsc.jp>

E-mail so-dan@kyoto-jsc.jp



クレジットカードでこちらから
寄付していただけます