



《出講報告》

心といのちを守る講演会ひろしま 2020

広島市と社会福祉法人広島いのちの電話の共催で9月5日（木）に広島で開催された講演会「心といのちを守る講演会ひろしま 2020」に出講してきました。当初は Sotto スタッフと精神科医を交えてのシンポジウムを予定されていたのですが、新型コロナウイルスの感染拡大状況を踏まえて、規模を縮小しての講演会および交流会となりました。

講演会では、講題として頂いた「心に苦悩を抱えているあなたに贈るメッセージ」に添って、実際に苦悩を抱えた方や周囲の方が多くいる前提でお話ししました。まず、生きる意味を問いながら生きてきた私自身の自己紹介を切り口に、Sotto の大切にしている姿勢として「目の前の苦悩する人を放っておけない」感覚をお伝えしました。そして、自死の苦悩は誰にでも生じうること、根底には絶望的な孤独感があること。さらに、絶望的な孤独感が和らぐのは、他者との温かなつながりを実感できた時だという事を様々な事例やイメージを通して会場の皆さまと共有しました。50名程の参加者でしたが熱心にお聞きいただきました。

交流会では、広島いのちの電話の現役ボランティアの皆さまから沢山のご質問をいただきました。「相談員がしんどくならないための工夫はどの様にしていますか?」「死にたいと言われ時にどう対応したら良いのか?」といった活動をしていて必ずぶつかる疑問、「おでんの会に卒業といったことはあるのですか?」「Sotto の名称の由来」といった Sotto に独自の質問、ご家族についてのプライベートな悩みなど、実に多様でした。交流会の皆さまと、死にたいと苦悩する人を楽にしたいという想い、人と人との触れ合いによって苦しみが楽になるのだという感覚を共有する事が出来たのではないかと思います。ボランティア活動に励む姿は有難いなと実感した機会でした。

(代表 竹本了悟)



ライフ in 灯きょうと 2020 参加報告

先月、9月11日(金)に「ライフ in 灯きょうと 2020」を、ゼスト御池の河原町広場にて実施いたしました。このイベントは自殺予防週間(毎年9月10日～1週間、自死・自殺について誤解や偏見をなくし、正しい知識を普及啓発する期間)に合わせ、京都市・京都府・こころのカフェきょうと・学生団体 SMILE・そして私たち京都自死・自殺相談センターの5団体が行政と民間の壁を越え共催で行うイベントです。

今年度はコロナ禍のなかということもあり、一時は開催そのものが危ぶまれましたが、対策をしたうえで開催する運びとなりました。各団体がとりくんでいる活動紹介やマルチビジョン放映、自死問題の現状をうったえるパネル展示が行われました。相談センターからは相談活動の広報物を配架しました。

新型コロナ対策の観点から、配置できる人員が限られていたり、こちらからのビラ配りができない等、例年と比べると熱気というのか、どうしても盛り上がりきらないところはあるのが残念でした。それでも通りすがりの方が、展示パネルを熱心に見ていたり、チラシ等を手にもって帰ってくれる姿も見られました。少しでも多くの方々に Sotto の存在を知ってもらえるよう、今後も発信活動を続けてまいります。

(広報発信委員会スタッフ)

養成講座オンライン説明会 開催報告

10月開始のボランティア養成講座に先立ち、9/14,20,28の三日間に渡りオンライン説明会を実施しました。

今回は、Sotto ではどんな人たちがどんなことを考えながら活動しているのかということが目に見えるようなものを目指し、三回それぞれに異なるコンテンツを用意していました。

第一回は「Sotto の価値観「死にたい」をどう捉え、向き合っているのか」というテーマについて「代表×相談委員長」で話してもらった対談形式。

第二回はボランティアスタッフへのインタビュー形式で、参加のきっかけや、日常生活において活かされていると感じる Sotto での学びなどを答えていただきました。

第三回は養成講座本編でも行うワークショップ「ロールプレイ」の体験会を開催しました。

初めてのオンラインでの企画ということもあり開催側も戸惑いの連続でしたが、アンケートやコメントでもご好評をいただき、特に第一回は二日前という急な告知にも関わらず十数人もの方々にご参加いただけ、有難かったです。

(広報発信委員会スタッフ)



第一、二回のアーカイブはイベントページの
ディスカッションでご視聴できます

← ← ←

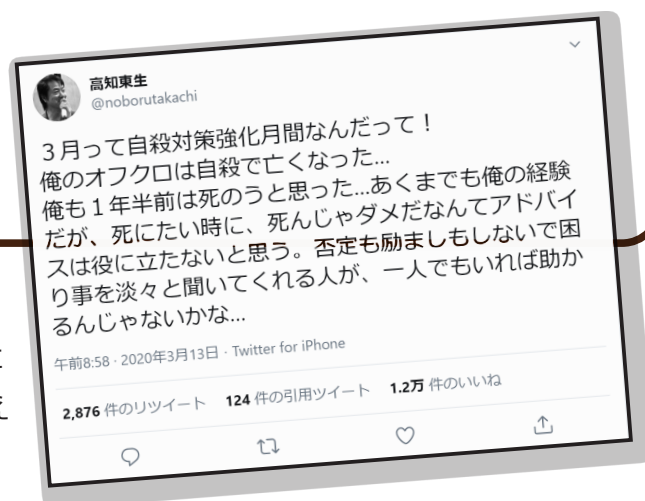
「あの人と死ぬことについてがっつり話してみる」

高知東生 × Sotto

11/7 Sat. 19:00-21:00

on Youtube LIVE

当センターでは毎年、自死自殺に本気で向き合うことを合言葉に「死にたい気持ち」にまつわるあれこれを参加者のみんなと一緒に考えるシンポジウムを開催しています。



過去には当センターの理事として関わってくださっている松本俊彦先生をはじめ、雨宮処凛様、小林エリコ様、末井昭様等々、自死自殺に関して様々な角度から発信されている方に登壇していただき、100人以上の参加者が集まる熱のこもったイベントになっています。

今年度は感染症の影響でどのような形の発信活動が最適なのか話し合いを重ねた中、来場者は入れずに、お招きしたゲストと当センターの代表2名に出演してもらった3人での鼎談をオンラインで生配信するトークイベント形式で行うことにしました。

テーマを「死にたい人の味方」として、登壇者を検討してきました。

その中で、高知東生さんが3月の自殺対策強化月間に合わせてご自身の自殺に対する想いをTwitterで投稿されているところを拝見し、投稿の中でのご経験が、私たちが日頃関わっている相談者の方々の声を代弁していただいているようで、とても心に響いてきました。

トークイベントでは高知さんの投稿の奥にある想いをさらに聞かせてもらいながら、自死・自殺の現状をできるだけ当事者に近い立場から、深く考えるきっかけになる場を提供できればと、試行錯誤を重ねています。

たくさんの方に Sotto の想いが届くように活動を続けている発信委員会ですが、はじめてのyoutube生配信に挑戦です。何が起こるのか予想のつかない心配も少しありますが、会報を手にしたみなさんと、当日オンライン上で一緒にできることを楽しみに企画を進めていきたいと思っております。ぜひ、お申込みや有縁の方々へ広報のご協力のほどよろしくお願いいたします。

(発信委員長 中川 結幾)

■ Twitter や facebook でもトークイベント当日の楽しみ方や

出演者紹介を行っていますので、ぜひチェックしてください！

■ 申込みはこちらの peatix のサイトからお願いします。→→→



今月のことば

やさしい言葉は、たとえ簡単な言葉でも、
ずっとずっと心にこだまする。

(マザー・テレサ)

活動報告

- 9月電話相談件数・・・44件（無言4件）
- 電話相談委員会・・・グループ研修 9/17 参加7名
- 9月期メール相談件数・・・受信86件、送信76件
- メール相談委員会・・・委員会会議 9/9 参加5名、9/23 参加7名
- 居場所づくり委員会・・・委員会会議 9/29 参加6名
おでんの会“こころ・リラックスの場” 9/2 申込11名（参加9名）※縮小開催
- グリーフサポート委員会・・・委員会会議 9/29 参加6名
- 広報発信委員会・・・委員会会議 9/2 参加4名、9/7 参加7名、9/12 参加5名
9/16 参加5名、9/18 参加4名、9/21 参加4名
9/30 参加5名
- 映画委員会・・・委員会会議 9/29 参加6名
ごろごろシネマ 9/16 申込4名（参加4名）※縮小開催

寄付ご協力一覧（敬称略・順不同）2020年9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
株式会社エクザム
葛野洋明

長嶋 蓮慧
荻野 昭裕

京都市・一念寺

京都市・西岸寺
小谷 康幸
永江 武雄
松本 裕子

匿名8名

（syncable 寄付者含む）



クレジットカードでこちらから
寄付していただけます

Sotto コメント
たくさん会議があって皆頑張ってます
(A・Y)

発行 2020年10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
TEL 075-365-1600
URL <http://www.kyoto-jsc.jp>
E-mail so-dan@kyoto-jsc.jp