

京風 Cafe de monk

きょうのモンク

Sotto は、京都府が龍谷大学の臨床宗教師と協力して実施する事業「京風 Cafe de monk きょうのモンク」(以下、きょうのモンク) に協力することになりました。

「きょうのモンク」は、臨床宗教師という特定の宗教に限らない宗教者が、大切な人を自死で亡くした方の相談を受け、不安や疑問をお聞きします。大切な人を自死・自殺で亡くした方が安心して想いを話せるような、ホッとできるような場所づくりを目的としています。

臨床宗教師は布教はしません。カウンセリングや精神科治療もしません。臨床宗教師が相談を受けることで、宗教者ならではの価値観や知見をふまえ、少しでも抱えた不安や疑問を寄り添えるような場になることを期待します。

Sotto は今まで行ってきた経験をもとに、対人支援の方法を臨床宗教師に伝えることで、本事業に協力しています。

参加された方が亡くなった方にゆっくりと想いをはせる時間になるように準備を進めます。

(メール相談委員長 長嶋蓮慧)

京風 Cafe de monk きょうのモンク

●乙訓地域会場

開催日時：3月4日(金) 14:00～16:00

場所：長岡京市中央生涯学習センター6階和室

●中丹地域会場

開催日時：3月7日(月) 14:00～16:00

場所：カフェしおん

シンポジウム開催報告

「ツイッター」での意見受付好評

「自死・自殺に本気で向き合う」シンポジウムは、皆さまのご協力により、無事に終了しました。詳細は別紙チラシにて報告していますが、パネリストの方から出る本音の議論に、参加していただいた方に満足していただけるような会になったのではないかと感じています。

毎年、このシンポジウムでは、随時来場者の質問も議論に取り入れながら、会場全体で自死・自殺を考えることを大切にしています。

今年は特に若者の自死がテーマということで、「ツイッター」というインターネット上に意見（つぶやき）を書き込むサービスを導入して、会場のスクリーンに質問や感想が表示される仕組みに挑戦しました。

その中でつぶやかれた質問のひとつと、そこから展開され議論を少しだけ紹介します。

（質問）

「自殺は「しっちゃいけない」ではなく、「したいと思うくらいしんどいんだね」。たしかにそのとおり。しかし実際に、個室で面と向かって"相談"をしていると、クロージングでは「しないで」と言っちゃいます。サヨナラ、またね、のときは、どうクロージングすればよい？」

※質問者の方はおそらく支援・相談業務をされている方で、念慮者の方にどう接したらよいのか悩まれている状況かと推察されます。

（回答）

○東藤氏

僕は昔、死にたい気持ちが強くて死のうと決めたことがあって、誰にもわからないように平静を装って、死ぬ道具や衣装を用意していた。ただ、闘病生活で髪がぼろぼろだったので、美容院をネットで予約しようとスマホを見たら病院の予約が入っていたことに気づいて、主治医に会うかどうか迷った。病院（びょういん）に行くか美容院（びょういん）に行くかどうか迷ったんですよね（笑）そして最後に主治医の顔を見てやろう、と思って訪ねた。扉を開けた瞬間に、東藤くん何か考えてるでしょ？どうしたの？と聞かれて、気持ちをはき出して高まった死にたい気持ちがクールダウンしちゃった。

クロージングが気になるのはわかるが、その前に普段のコミュニケーションの中でどれだけこの人の顔を最期に見よう、とか死にたい気持ちを抱えながらももう一度会ってみようかな、と思ってもらえるかどうかが大変なのではないか。あるいはクロージングのテクニックを考えているくらい、いまあなたのことを考えているんだよ、いうことを伝えたらよいのではないか。

○松本氏

東藤さんの場合、主治医と一緒に気持ちを話し合えたことが大事。

自分は、青天の霹靂のように亡くなってしまった患者さんの最後の診察のことを思い出す。いつもは渋い顔をして診察に来られていたが、最後の診察のときにふっきれたような明るい顔で楽しい昔の話などをしていて、何か変だなと思った。でも自殺の話を持ち出すのは唐突な気がしたし、今日くらいはライトに面接を終わりたいという気持ちも少しあったかもしれない。次来たときに聞いてみようと思った。その後、警察から自殺の連絡を受けた。もしあのとき唐突ではあっても率直に聞いて、相手も言ってくれていたら、少なくとも次の診察には来てくれたんじゃないか、と思うことがある。

自殺予防はいろいろ大事なことがあるが、安心して死にたいと言える場所があることが大事。死にたい気持ちを頭ごなしに否定されたり、感謝の気持ちが足らんとか言うのではなく、「そっか」と言ってくれる人がいることが大事。

○竹本氏

なんでわざわざ最後に松本さんに、自分の人生などを語られたのかと考えたときに、松本さんが心の居場所だったのではないかと思う。

最後に話を聞いてもらったことは、悪いことではなかったのではないかと僕は思う。

これまで Sotto でも、「最後に死ぬことを決めました、御礼だけ言いたかった」と言い残される方がいた。亡くなった方にとって、最後のやりとりは一体何なのか、ということをよく考える。

以上のように、ツイッターの質問をきっかけに、自死・自殺を「止める・止めない」、「良い・悪い」という次元を超えた議論が展開され、Sotto としても「自死・自殺に本気で向き合う」上で気づきの多いシンポジウムとなりました。来年も「自死・自殺に本気で向き合う」シンポジウムは続きます。より学びのあるシンポジウムを目指したいと思っています。

(発信委員長 加茂順成)

今月のことば

我は張り詰めたる氷を愛す。
斯かる切なき思ひを愛す。

(「切なき思ひぞ知る」室生犀星)

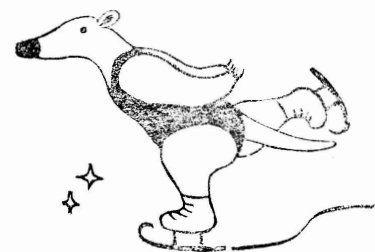
活動報告

- 12月期電話相談件数…163件(無言20件、よりそいホットライン担当38件を含む)
- 電話相談委員会…グループ研修12月17日(木)10名
- 12月期メール相談件数…受信件数85件、送信件数73件
- メール相談委員会…グループ研修12月22(火)、28(月)、30(水)各2名ずつ
- グリーフサポート委員会…Sotto語りあう会12月10日(木)5名(参加者3名)
- 居場所づくり委員会…委員会会議12月25日(月)3名
おでんの会”食事の場”7名(参加者20名)
Café de oden12月13日(火)5名(参加者5名)
12月15日(日)4名(参加者9名)
- 広報・発信委員会…12月21日(月)6名、12月24日10名

寄付ご協力一覧(敬称略・順不同) 2015年12月1日～31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	圓光寺
株式会社エクザム	ショウジトヨアキ
葛野洋明	高岡郡佐川町・法城寺
くつろぎカフェ葵	千葉明子
西義人	山田広之
荻野昭裕	永良雅治
中西正導	永山裕季子
高島市・眞光寺	小杉瑞穂
高木愛郁	



Sotto コメント

今年の冬はあたたかいですね。梅や桜が春と間違えて咲いているところもあるようです。肝心の春に何も咲かなかったらさびしいな。大丈夫かな。ちょっと心配になったりしています。(N.Y.)

発行 2016年1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