



京都司法書士会との連携

「こころとくらしの法律相談会」

京都府では今年から自殺対策強化月間である3月の1日を「京都いのちの日」と定められ、記念のシンポジウムを皮切りに、府内で様々な講演や催物、相談会などが開催されました。私たち Sotto も京都司法書士会から「一緒に相談会をしませんか？」との依頼を受け、3月19日の13時～17時にかけて京都司法書士会館で行われた「こころとくらしの法律相談会」に相談員を派遣することになりました。相談会は、法律問題や心の悩みにお応えするとして、「予約不要」「秘密厳守」「相談無料」で、面談と電話での相談会を受け付けました。スタッフは、司法書士6名、Sotto 相談員3名で、相談者面談3件（うち Sotto 対応2件）。電話での相談件数は0件でした。

面談では、司法書士と Sotto の相談員が席を並べて相談者のお話を伺いました。法律面での具体的な解決法を模索するときは司法書士が対応されることとして、Sotto の相談員は気持ちを受け取ることに集中しました。

相談者の中にはこころの悩みを打ち明けられた後に、具体的な法律に関する悩みを相談される方も居られたので、Sotto が相談会に関わる意義を実感しました。

お互いに他団体との連携や合同での相談会開催は初めてとあって、戸惑いを覚えることもありましたが、現場での対応を通して、私たちの理念「ひとりぼっちにしない」と「心の重荷を少しでも軽くしたい」という京都司法書士会の相談者の悩みに向き合う姿勢を共有できる貴重な機会となりました。

今回の合同相談会は京都府が設置した相談・支援ネットワーク「京のいのち支え隊」でのご縁を切っ掛けに行われたが、今後も京都司法書士会をはじめ、相談者の気持ちを丁寧に受け取る姿勢を大切に下さる団体と連携しながら、活動の輪を広げて行ければと考えています。

(副代表 吉田典生)

Sotto 出前講座「たんぽぽ」

曹洞宗研究所の研修へ

2015年度より依頼を受けて外部で行う研修を「たんぽぽ」として、年に数回実施しています。Sottoの目的である「ひとりぼっちにしない（孤独感を和らげる）」が広く社会に浸透することを願って、開催してきました。これまでもお寺の法要で自死について講演したり、社会福祉協議会の認知症サポーターに気持ちを受け取る体験学習を提供するなどの機会がありました。

本年度は、曹洞宗の研究所から研修に招かれ、「場面に応じた適切な関わり方を知る」ということをテーマに研修を行いました。

通常 Sotto では気持ちを受け取ることのみでの研修を行いますが、今回は研修に参加される方が曹洞宗の僧侶ということもあり、実際に直面する場面を想定して、仏事相談を受けた場合の体験学習を行いました。

僧侶は様々な方と交わる機会があり、その中には自死によって家族や大切な人を亡くされた方や死にたい思いを抱えた方に向き合い、相談を受けることもあることでしょう。その時にどう相手に向き合うかはとても重要なことです。

1日ばかりで、日常あまり使うことのない気持ちの動きを感じる研修を行ったため、参加者の中には「疲れを感じている」との感想もありましたが、「様々な価値観の存在を認める」「相手の感情の動きを大切に受け取る」など研修から得た課題もあげられました。

また、何度も繰り返すことで、答えとまた新たな課題が見えてくる循環のような研修の中から、ロールプレイであっても、苦しみや悩みに本気で向き合い、真摯に振り返りを行うことの大切さを感じることができました。

Sotto スタッフにとっても、基本をふりかえる機会となり、大変意義深い研修となりました。

(副代表 吉田典生)

活動報告

第8期ボランティア養成講座にむけて

Sotto オープンハウス

3月29日に Sotto オープンハウスを行いました。オープンハウスとは、今春から始まる第8期ボランティア養成講座の広報をかねて、普段はなかなか入ることのできない Sotto 事務局の中に入らせていただき、活動や雰囲気を肌に触れて知っていただくことを目的に開催しました。

参加申し込みは電話で2名、フェイスブック上で1名ありましたが、実際に来られたのは電話でお申込みをされた方1名でした。スタッフは3人で参加しました。

最初の40分ほどで事務室の紹介、Sottoの概要の説明をしました。Sottoが人と人とのつながりを大切にしている事、自殺の防止・対策が目的ではない事、マニュアルはないこと等、Sottoが大切にしていることをお伝えしました。参加者は驚きながらも興味深く聞いておられた印象でした。

後半30分ほどは話を聞き合うワークをし、Sotto 養成講座のさわりの部分を少しだけ体験していただきました。「Sottoのことを色々と学ぶことができて良かった」という感想を頂いております。Sottoが大切にしていることを少し伝えられた良い機会になったのではないかなと感じています。

今回来られた方はあらかじめ養成講座の受講の意思はあったようで、お申し込みをしてくださいました。

Sottoの空気を伝えることのできる良い企画だと感じたので、来年度はもっと多くの方に来ていただけるといいなと感じました。

(メール相談委員長 長嶋蓮慧)

活動報告

- 3月期電話相談件数…134件(無言27件、よりそいホットライン担当30件を含む)
- 電話相談委員会…グループ研修3月17日 7名
- 3月期メール相談件数…受信件数156件送信件数127件
- メール相談委員会…グループ研修3月31日 4名
- グリーフサポート委員会…委員会会議3月10日 6名
- 居場所づくり委員会…委員会会議3月1日 5名
おでんの会“食事の場”3月2日
Cafe de Oden 3月22日、3月27日
- 広報・発信委員会…委員会会議3月25日 4名

ご協力にこころより感謝いたします

浄土真宗本願寺派	山本清子	野呂靖
株式会社エクザム	仏教婦人会総連盟ダーナ献金	野呂諭美
葛野洋明	中村恵明	永江武雄
くつろぎカフェ葵	坂江真由美	神崎裕子
広島市千暁寺 日下正実	廣谷ゆみ子	ゼンキョウジコロキヨノブ
曜日慧誠	吉田典生	松本裕子
荻野昭裕	竹本了悟	高田文英
佐々木大悟	鈴木八代子	

寄付ご協力一覧への掲載不備について (お詫び)

平素から当センターの活動にご理解・ご協力いただきありがとうございます。
2月に発行した会報 Sotto 第58号寄付ご協力者一覧に関しまして、掲載に不備がございました。大変申し訳ございませんでした。正しくは下記のとおりです。

浄土真宗本願寺派	君津市・光明寺・石上智康	彦根市・正福寺(小林秀明)
株式会社エクザム	鈴木八代子	富山市・正興寺(原 智精)
葛野洋明	福岡県京都郡・浄厳寺	広島市・徳行寺
くつろぎカフェ葵	菊井誠	佐世保市・常念寺
吉田明	長崎県南松浦郡・得雄寺	佐藤雄作
加藤大	大和高田市・常德寺(久林高伸)	村橋吉重
太田市・安養寺	広島市・浄寶寺(諏訪了教)	萩野昭裕
広島市・善正寺	和歌山市・宗善寺	永江武雄
玉田義幸	大阪市・栄照寺	弁護士法人 ライフパートナー法律事務所
野呂淑子	内林照雄	北畠晃融
海野秀子	藤 大慶	本山栄二
坂本亮平	福岡県粕屋郡・信行寺	高田妙子
西崎英子	札幌市・福住寺(長尾光洋)	柏原市・了雲寺
冬野正晃	船越成之	安本義正
竹本宣子	須坂市・東照寺	石見由嘉
みやま市西楽寺ローソク講	福高教人	遠藤久仁子
福島県田村郡・光善寺	飯塚市・正円寺(高石彰也)	前田富子
南 昌宏	松岡末子	武蔵野市・源正寺太子堂
野村顕祥	熊谷光世	渡辺哲彦
尼崎市・西要寺	京都市・雲晴寺	下関市・善照寺(百濟香織)
長崎市・光源寺	豊田善樹	草田みち子
淡路市・宣勝寺(田近早弓)	伊佐市・覺誓寺	名和遊幾子
和歌山市・万福寺	高山幸博	匿名希望8名
緒方正弘	庄司豊明	
	広島県山県郡・順正寺	

Sotto コメント

土筆をとってきんぴらにして食べました。美味しかったです。
子どものころはたくさんあったのに、今はなかなか見当たらないですね。来年も出てくるかなあ。(N.Y.)

発行 2016年4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