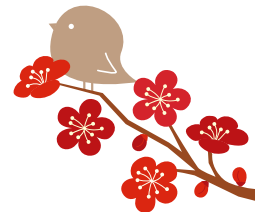


Sotto



[京都自死・自殺相談センター]

[そっと Vol.130 2月号]

Sotto × youtube 配信



認定 NPO 法人 京都自死・自殺相談センター代表 竹本了悟と自死・自殺相談のこれからを考える対談「Sotto talk」を行いました。海外からのご視聴もあり、オンラインならではの対談のよさを実感しました。アーカイブ動画も残っていますので、まだ聞いていない方はぜひラジオ感覚でお聞きください。

いただいた感想を一部抜粋して、ご紹介します。

Vol.1



松本俊彦氏
(精神科医)

テーマ もしも「死にたい」と言われたら

アーカイブ
動画はコチラ



視聴者の感想

「体験、臨床現場に向き会って紡ぎ出されたことは、混沌とした関わりの中かで現場の生々しさが鋭くスッキリした言葉で表現されていて、参加したことの意味を十分に味わい感じることができました。」

「支援者です。「問題解決」に向かいがちな自分を再確認できる場でした。またコメントにも真摯に対応しているところは本当に学びになりました。」

「死にたくならない社会を目指す、のではなく、死にたいを言いやすい社会にする、という考え方が新鮮だなと感じました。」

Vol.2



橘ジュン氏
(NPO 法人 bond プロジェクト)

テーマ 死にたいほどの気持ちの時に
何が支えになるのか

アーカイブ
動画はコチラ



動画の中でチャットの
質問にお答えしています。

： コロナになって、つながりにくくなった部分は大きいと思いますが、
： 逆にうまくいったやり方とか、効果を感じられるような支援方法が
： あれば教えてほしいです

視聴者の感想

「コロナになって、つながりにくくなった部分は大きいと思いますが、逆にうまくいったやり方とか、効果を感じられるような支援方法があれば教えてほしいです」

「実際の行政の対応、熱量などリアルを知れたと思いました。」

「橘さんの体験や思いが詰まったお話を伺い、人を信じること、つながることの大切さを、感じさせられました。感想はうまく言えませんが、社会の矛盾や理不尽にも、一人ひとりの人間にも、向き合っていきたいと思いました。」

Vol.3



今井紀明氏
(認定 NPO 法人 D&P)

テーマ 相談現場の課題と
これから

アーカイブ
動画はコチラ



動画の中でチャットの
質問にお答えしています。

： メンタルと経済の問題がありながら、目指すは支援からの自立にな
： るのでしょうか？

視聴者の感想

「自死については、難しいながらも支援ができると思えた。死にたいという気持ちに何も答える言葉がないと思っていたが、もう少し頑張れると思った。」

「結果を求めない。自立を求めない。支えられていることに気づく事の活動って素敵。」

「sotto さんも、D×P さんも、寄付によって支えられている部分が大きいと知り、できれば寄付してみたいと思いました。また、それぞれの活動へつながることができる人の数はどうしても限られてしまうと思うので、活動内容やその意味、目指すところが、より広く知られるようになってほしいと思います。」

ありがとうございます。

私たちの活動は、皆さまからの寄付金によって成り立っています。今死にたく思いつめる人をマンスリーサポーターになって、ぜひ一緒に支えてください。

「死にたく思いつめるとき、心の居場所をつくりたい」
毎月寄付は
こちらから





「兄の終い」

著者 村井理子

仏教用語に「四苦八苦」という言葉がある。いうまでもなく四苦とは人として生まれた限りは避けられない4つの苦しみ「生・老・病・死」のことであるが、八苦については、意外と知られていない。藤田徹文氏は「仏になる」という本の中で、八苦の苦しみの中のひとつ「怨憎会苦」（おんぞうえく）について、「怨み憎しみ合うものが、一処に住まなければならない苦しみ」と書いている。

私はいま、人間関係の調停や僧侶として悩み事ブースを担当しているが最近、しみじみ思うことは人と人のトラブルの中で肉親との感情のもつれは最も厄介な問題であるということである。乱暴な言い方をすると、会社が嫌ならやめればよいし、近所付き合いが苦痛なら引っ越せばよいし、結婚相手は離婚すれば他人である。

血縁関係を断絶するのはそうたやすいことではない。そこにはそれぞれ、特有のしがらみがある。さらに辛いのは無責任な他人やもう一人の自分から「自分の親なのだからわかってあげなさい」、「一緒に育ったきょうだいなのだから許してあげなさい」と、罪悪感を強要されるしんどさがある。

前置きが長くなったが、「兄の終い」というこの本は不仲だった兄を突然の病死で亡くした翻訳家、村井理子氏の実話である。本の帯には「今まで一度も兄を理解できたことはなかったし、徹底的に避けてくらししてきた。それなのに、兄が必死に生きてきた痕跡が、至るところに現れては私の心を苛んだ。こんなことになるのなら、あの人に優しい言葉をかけていればよかった」と綴られている。

筆者が絶縁していた兄の人生の終いを、たった5日間で片付けていく奮闘の様子がリアルに描かれているが、そこに悲壮感はない。はじめは「一刻も早く、兄を持ち運べるサイズにしてしまおう」というミもフタもない筆者の思いが、兄と関係があった人たちと一緒に終いの作業をしていくうち、徐々に変化していくという流れの記録である。

あとがきで、筆者は引き取った兄の遺骨が自分の家にあることで不思議と安らぎを感じていると告白しながらも、「今でも兄を許せない気持ちはある。そして、そんな気持ちを抱いているのは私だけではないと思う」と締め括っている。身内とは、血縁とは何なのかを改めて考えてみたくなる本である。

(理事 廣谷ゆみ子)

今月のことば

ちびのミイは、きゅっと肩をすくめたかと思うと、また苔の中へもぐりこみました。ミイは、いろんなひとが、たがいに見当はずれな場所で、じっと立ちつくしたまま、ばかみたいに待ちつづけているのを、何度も見てきたのです。

(どうしようもないのかわ。きっと、運命のいたずらなんだわね)

(『ムーミンパパ海へいく』)

活動報告

- 1月電話相談件数・・・91件（無言25件）
- 電話相談委員会・・・グループ研修 1/20 参加10名
- 1月期メール相談件数・・・受信240件（うち1通アドレス不明で返信できず。それ以外は全て返信。）
- メール相談委員会・・・委員会会議 1/13 参加9名、1/27 参加7名
- 居場所づくり委員会・・・委員会会議 1/8 参加10名
おでんの会“食事の場” 1/12 申込13名（参加12名）
- グリーフサポート委員会・・・委員会会議 1/8 参加10名
そっとたいむ 1/11 申込2名（参加1名）
- 広報発信委員会・・・委員会会議 1/27 参加2名
- 映画委員会・・・委員会会議 1/8 参加10名
ごろごろシネマ 1/19 申込3名（参加1名）

寄付ご協力一覧（敬称略・順不同）2021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
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
柏原市・了雲寺
北氏 緋紗
尼崎市・浄元寺

南松浦郡・得雄寺
稲田 英真
大塚 泰雄
高田市・光徳寺（曜日慧誠）
市川市・中原寺（平野俊興）
糟屋郡・信行寺
宮本 園子
京都市・長慶院
林 智康
伊佐市・覺誓寺

武蔵野市・源正寺 太子堂
八幡市・願生寺
牧田 宏
solio 112名
ソフトバンクつながる募金 1件
匿名14名（syncable 寄付者含む）

Sotto コメント
最近、寝不足気味です（A・Y）

発行 2022年2月
認定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



クレジットカードでこちらから
寄付していただけます