BE
京都自死・自殺相談センター
（きょうとじし・じさつそうだんせんたー）
会報第五号（二〇一〇年十一月一日発行）
〒六〇〇－八三四九
京都市下京区西中筋通花屋町下ル堺町九二
☎〇七五－三六五－一六〇〇（平日九～一七時）
メール：so-dan@kyoto-jsc.jp
ホームページ：http://kyoto-jsc.jp

つながる
ひろがる
わたしの今

## NPO法人化に向けての設立総会を開催しました

京都自死・自殺相談センターでは、来春のNPO法人化に向けて、一〇月二〇日（水）、NPO法人設立総会を開催しました。

法人化によって、煩雑な事務処理が必要となりますが、同時に、毎年の会計報告が義務付けられることなどにより、透明性の高い組織運営を行っていくことができます。より公益性の高い相談センターとして、皆様に安心してご支援いただき、また相談者からの信頼をいただけるよう、これからも尽力してまいります。

なお、理事として、これまで運営に関わってきたスタッフの他に、自死に関する問題の専門家である清水新二氏（奈良女子大学名誉教授）、労働問題などを通じて自死対策に関わってこられた弁護士の生越照幸氏、支援団体から浄土真宗本願寺派の池田行信氏を予定しております。

## 深夜の電話相談はじまっています

一一月に入り、京都の街にもマフラーやコート姿の方々が行き交うようになり、秋の深まりが感じられるようになってきました。

一〇月一日からはじまった、週二回の深夜の電話相談。現在、総勢十九名のボランティアが交代で、眠ることなく相談を受け付けています。

まだまだ電話が開設されて間もないため、かかってくる本数も多くはありません。それでも、色々な想いをもってかけてこられる、その一本一本を大切にしていきたいと思います。

この度の電話相談開設にあたり、相談カードを作成しました。

先日の募金活動の際にも多くの方々にお配りすることができましたが、今後は京都市内を中心に、公共施設や医療施設、学校など様々な場所に設置していきたいと思っています。設置して頂ける場所などがございましたらお気軽に事務局までご連絡頂けますよう、ご協力宜しくお願いします。

## 第一期養成講座を受講して

**第一期ボランティア養成のための後期講座が一〇月から開始されました。十一名の方が後期に進み、実際の相談電話をとりながら、「きちんとコーラー（相談者）に向きあえているか」をグループで確認しあう研修を行なっています。**

**今回は、前期の養成講座を受講したボランティアの方から、講座を通して感じた想いを寄せていただきました。**

二〇一〇年七月七日、第一期養成講座（全十回）が始まりました。毎回それぞれのテーマがあり、それを意識しながら体験学習を行うわけですが、十回を通して一貫したテーマは「死にたい気持ちによりそう」ということでした。

このとても抽象的な「よりそう」というイメージを、実際の電話相談を想定して声や言葉で示す必要がありました。「優しい言葉をかけてあげたらいいのだろうか」、「ただ聞くに徹することではないか」等々、研修生同士で意見を交わしながら、今まで全く意識したこともなかった「よりそう」ということを考えていました。

研修も終盤の頃、相談センタースタッフさんが「自死・自殺念慮を抱える人々が、五年前、十年前に自分が死にたいと思うほど悩むと予想していたでしょうか？」と問いを投げられました。それは、現在「死にたい」と思うほどの悩みを抱えていない私が、五年後、十年後には「もう死んでしまいたい」と思うかもしれない。私が向き合おうとしているのは、他人の気持ちでありながらも、私自身がすぐにでも持ちえる気持ちでもあったのだと気づかせてくれた問いかけでした。

私が死にたいほど悩んでいるとき、簡単には言えない想いをどんな人に相談するだろうか。どんな対応をして欲しいだろうか。いつしか「よりそう」というテーマを、よりそう側の視点ではなく、よりそわれたい側の視点で考えるようになっていました。私が体験する苦悩は、私だけの苦悩でしかありません。

いま誰かにこの想いを伝えたい！
この苦悩を打ち明けたい！

と思うとき、その苦悩を乗せた言葉に頷いてくれる人がいるのであれば、独りぼっちではないような気がするのです。

「死にたい気持ちによりそう」ということは、その人がちゃんと死にたいほどの気持ちを言葉に置き換えて伝えられるように、時間をかけてお付き合いをしていく。そんな行為ではないかと今の私は解釈しています。

（第一期ボランティア養成講座受講生　H．T）

連載コラム　五　ココロ　ナル

# 今日もどこかで　－言葉と心のあいだ－

当センターが発足して間もない五月末、十月の電話相談開設告知ならびに啓発のイベント「ライフ　フェス　キョウト　灯二〇一〇」を九月の自殺予防週間に合わせて実施することが決まった。普段、講演会などに行かない学生や若者を中心に多くの人に来ていただけるようなイベントにしたいという思いから、当センターでしかできないような新たな形で企画を練った。そのイベントを無事に終え、疲れ果てた後、私はＦＭから流れてくるこの曲を耳にした。

**その一歩をもうためらわないで　誰かがきっと受け止めてくれる・・・**
**本当に大切なひとたちと　かけがえのないその人と**
**この広い空の下で・・・**
**誰かがいつも君を見ている　今日もどこかできっと想ってる**
**巡り会って　そして愛し合って**
**許し合って　僕らはつながっていくんだ**

（小田和正「今日もどこかで」より）

夢中で駆け抜けた四ヶ月間を通して、多くのボランティアや関係者、友人、センターのみんな・・・私は多くの人に本当に支えられているんだと実感することができた。何をしていても、その過程において、私たちは本当の優しさに中々気づかない。むしろ気づかないからこそ、優しさの大切さを感じることができたのかもしれない。

これまでに多くの人と巡り会って、当日もスカイブルーの広い空の下で、多くの大切な人たちと同じ空間で、共に同じ想いでいることができ、人と人とがつながっているんだということを改めて感じた。良いことも、大変なことも沢山あったが、多くの人に受け止められてきたからこそ私は躊躇わずに走り続けることができた・・・今はまずそのつながりに感謝したい。また多くの人に自死に関する情報を届けることが出来た、その一つ一つがつながり、ひろがっていく、それだけこのイベントの大きな意義があったと思う。

そして一〇月から電話相談が始まった。電話相談を通して、ひとりで抱えておられる悲しみも、苦しみも、涙さえも、共に分かち合いたいと思う。かつて自分が苦しい時、悲しい時、そばにいて苦しみや悩みを聴いてくれ、そのまま受けとめてくれた友人のように、いつも心でそばに感じていたい。

**時々遠くを見つめる　不安そうなあなたの横顔**
**言葉と心の間　それは君しかわからない**
**見えないところで傷ついて　ひとりで涙を流さないで**
**すべてあなたの言葉にして　伝えてそのまま躊躇わないで**
**あなたの心のかたち　近くに感じていたいから**
（略）
**どんなに小さな声でも・・いつもきいてるから**

（小田和正「Between the word and the heart」より）

死にたいほどの悩みを抱え苦しんでいる人たちの想いを、この歌詞のように私もそのまま受けとめていきたい。

（広報・編集　中西　正導）

# 活動のご報告

◆街頭募金

一〇月二七日（水）夕方一六時から一八時の二時間にわたり、京都市・四条大宮の交差点にて街頭募金活動を行ないました。肌寒い夕方の時間帯ではありましたが、活動内容のパネルに足を止める通行者の姿に、私たちの気持ちも暖かくなりました。また配布中のチラシを受け取られた方の中には、その場で悩みを打ち明けられる方もおられ、あらためて電話相談活動の必要性を強く感じました。こうした思いを胸に、これからも募金活動を継続していきたいと思っています。

合計募金額：八、三九五円　チラシ配布枚数：五〇〇枚

◆啓発活動委員会（会議）

日時：二〇一〇年一〇月一八日（月）一八時～二一時

参加人数：十四人

◆ＮＰＯ法人設立総会

日時：一〇月二〇日（水）一八時～一九時

出席者数：十一人

## ご協力のお願い

**募金**

（振込先）ゆうちょ銀行　当座

京都自死・自殺相談センター

郵貯間　００９５０-０-２７１８７５

他行間　店番０９９　番号０２７１８７５

※現金書留も受付可

振替用紙ご希望の方には郵送致します

**会員募集**

当センターを支えていただく、

会員を募集致しております。

一口　年間　三、〇〇〇円

会員の皆様には、会報並びに冊子等の送付、講演会案内等をお送りします。

**街頭募金**

当センターでは毎月一回街頭募金を行っています。

使途：電話相談事業の運営費

目的：電話相談事業の継続のため

**皆さまのお気持ちが、いのちの支えにつながります。**

ご協力宜しくお願い致します。

## ご寄付ご協力一覧

（二〇一〇年一〇月一日
～一〇月三一日）

尾上　裕子
野呂　靖
北塔　光昇
苗村　隆之
清水　咲子
霍野　廣由
竹本　了悟
野村　伸夫
金沢　豊
四条大宮にて街頭募金（八、三九五円）
林　智康
大谷　由香
佐々木　大悟
武田　慶之
今泉　潤
今井　庸子
攝護寺
宗教法人長壽寺

（敬称略・順不同）

皆様方のご協力に心より感謝致します。

【編集記】

先日、第五回ポプラ社小説大賞を受賞された俳優水嶋ヒロさん。年間自殺者三万人の現状を知ったことがきっかけで、「自殺しようとする男性を題材に、いのちについて、生きることについて考える」処女作の執筆に取り組んだという。

「今後もいのちという誰にでも当てはまるテーマに関わっていきたい」との水嶋さんのコメントを聞いて、センターにおいても一人でも多くの方の想いが行動に変わるよう、啓発活動に力を入れていきたいとの思いを強くした。

（M）

【お詫びと訂正】

先月号の会報（第五号）におきまして、1ページ目の電話相談時間のご案内を「一九時～翌朝五時」としておりましたが、正しくは、「一九時～翌朝五時半」です。訂正してお詫びいたします。

日時：　毎週金曜・土曜日
19：00～翌朝5：30

相談電話番号：

365日　いろいろ
０７５－３６５－１６１６