



## 10周年リレーコラム 第三回

振り返ってみると、2010年2月に聞法会館で行われた—まだ名前のない—Sottoの立ち上げシンポジウムに、現代表の竹本さんと一緒に登壇させていただいたのが、最初の大きな関わりでした。当時は、自殺対策基本法を受けて「自殺防止」が盛んに叫ばれていた時期でした。自死を防止＝防ぎ止めるべき対象として、拒絶し、撲滅していこうという流れに違和感を抱き、必死に抵抗していた時期でもありました。「自殺防止」につき進む世の中に、どんなに心から叫んでも通じないことに、何度も心が折れ、疎外感を募らせていました。

そんな中、Sottoは「自殺防止」センターではなく、「自死・自殺相談センター」という看板を掲げることになりました。少しほっとし、共感してくれる人がいることに救われた気持ちになったのを覚えています。「相談」という言葉から、「どうやって自死したらいいのかを相談する場所？」と皮肉られたこともあったかと思えます。しかし、そんな話でさえ否定せずちゃんと聞く場所であると、勝手に理解しています。

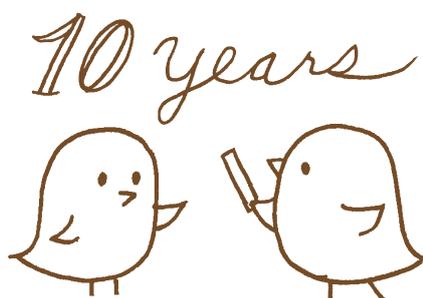
あれから10年が経ちました。世の中で大いに認められ、脚光を浴びる活動というわけではありません。活動の成果もとても見えにくいものでもあります。嬉しいことよりも、しんどいことの方が多い活動ではないかと思えます。それでも、10年間続けてこられたセンターのみなさん、共感し支えていただいた方々に敬意を表し、感謝したいと思います。

最後に告白するならば、「拒絶」とは、かつて自分自身が、身近で自死した者がまだ生きて苦しんでいる時に、とった態度に他なりません。自死を、「あってはならないもの」として拒絶・否定する—かつての自分自身のような—世間がある一方、その価値観によって、より疎外感を感じるのは、現に苦しんでいる人であり、自死の遺族のように思います。その人に生きていてほしいという願いと、死にたいという当人の思いは、拒絶・否定によって繋がりあう道は閉ざされ、離れていくばかりなのでしょう。

ソット傍らに居続けることは決して楽な、簡単なことではありません。それでも、何もできなくても、誰かがそこに離れず居てくれる—Sottoが、そんな存在として、これからもあり続けることを願っています。

2020/07/06

(リメンバー名古屋自死遺族の会共同代表 野村清治)



# 就任挨拶

## 副代表 就任挨拶

当センターの発足から11年目、NPO法人設立から10年目を迎える今年は、新型コロナウイルスが世界的に蔓延し、多くの死者、感染者を出し、今尚その不安や脅威にさらされ続けています。そんな社会情勢において、「ウィズコロナの新たな生活スタイル」や「三密避ける生活」が推奨され、私たちの生活も少しずつ変化し、それによってまた新たな苦悩も生じており、実際当センターや行政の相談会などの相談機関にも、新型コロナウイルスにまつわる不安や生きづらさ、なども相談として寄せられている現状が存在します。

私自身、発足時から携わり、この度副代表に就任致しましたが、これからも変わらず、「死にたいほどの苦悩」に寄り添い、「一人ぼっちにしない社会の実現」を目指し、引き続き活動してまいりたいと思っています。また、新たな生活スタイルの中で生じる「生きづらさ」に対しても、根底から支えていけるように活動してまいります。副代表として、そうした方々への支援の裾野を新たな形も取り入れつつ広げてまいりたい思いでありますので、皆さま引き続きご支援ご協力のほど何卒宜しくお願い申し上げます。

(副代表 中西正導)

## 事務局長 就任挨拶

**理事会・総会を終えて ～心の居場所づくりを持続していくために～**

一年間の活動を報告し、また新年度の活動計画や予算を決定する理事会・総会を6月8日に開催しました。昨年度の活動をまとめた事業報告書は秋頃お届けできるよう作業を進めていますので、しばしお待ちください。

さて、Sottoは2017年度より単年度収支での赤字が続いています。2019年度も約200万円ほどの赤字となりました。繰越金が残約700万円であるため、このままの収支が続くと、3年後には、Sottoは解散せざるを得ない状況にあります。

昨年度は、Sottoを応援してもらえるように、ブログ等やSNSでの発信を積極的におこない活動の可視化をおこないました。Sottoを認知してもらう機会は増えてきましたが、寄付にはつながりませんでした。私たち運営メンバーの力不足を痛感するところです。

今年でSottoは開設10年目を迎えます。春には長年の目標であった認定NPOも取得しました。会員・寄付者の皆さま、理事会の皆さま、ボランティアメンバーの皆さま、Sottoを取りまく全ての方々と協力しながら、自死・自殺にまつわる苦悩を抱える方の心の居場所づくりを継続していきます。引き続き、ご支援のこと、どうぞ宜しくお願いいたします。

(事務局長 霍野廣由)

# いのちのリレー講座

今年も、京都府の若年層自殺対策の一環である事業「いのちのリレー講座」で90分お話してきました。ノートルダム女子大学の河瀬先生のクラスで、いろいろな関連団体から出講して1年間つないでいくスタイルなのですが、このご時世なのでオンラインでの講義配信となりました。オンラインということは講義のために大学まで行かなくてもいいのかと思いきや、行かなくてもいいのは学生だけで講師は空っぽの講義室でノートパソコンのカメラに向かって話すということでした。大学自体、人がいないのでシーンと静まり返っていました。この春からはSottoでも会議や研修をオンラインで重ねてきているので、それ自体は慣れているというか、むしろ個人的には機材にまでこだわりはじめてしまっているくらいなので、大学の設備のなさに物足りなさすら感じ、マイクだけでも持ち込むべきだったかと後悔しました。15名ほどの受講だったのですが、学生は皆カメラ設定をOFFにしている、まるで反応の伺えない虚無感あふれる時間でしたが、河瀬先生と京都府の担当の方だけは教室で頷いたりメモを取りながら聞いてくれていたのでその様子にずいぶん救われました。1時間ほど一方的に話したところで質問を募ってみたところ、3-4名が発言してくれたのでそこではじめて聞いてくれたんだなと実感できました。ちょうど「話をきく」とはどういうことかという話をしていたのもあり、改めて音的に「聞こえている」かどうかという問題ではなく、自分の発言に関心をもってもらえているとわかることが即ち「聞いてもらえた」という感覚なのだと実感しました。日常生活においてはあまり意識しないような気持ちの変化や動きも、改めて認識したり言葉にすることで理解につながったり、人に伝えるときの手がかり足がかりになるので、そういう意味でもまたひとつ勉強になりました。

(相談委員長 金子宗孝)



## 今月のことば

ことばの意味がよくわかるということと、  
ことばがこちらに触れてくるということはまったく別のことです。

内田樹

## 活動報告

- 6月電話相談件数・・・55件（無言13件）
- 電話相談委員会・・・グループ研修 6/18 参加9名
- 6月期メール相談件数・・・受信119件、送信90件
- メール相談委員会・・・委員会会議 6/10 参加6名、6/23 参加5名
- 居場所づくり委員会・・・委員会会議 6/23 参加5名  
おでんの会 “からだ・こころリラックスの場” 6/3 縮小
- グリーフサポート委員会・・・委員会会議 6/23 参加5名  
そっとたいむ 6/4 参加1名 オンライン
- 広報発信委員会・・・委員会会議 6/17 参加3名、6/23 参加5名
- 映画委員会・・・委員会会議 6/23 参加5名  
ごろごろシネマ 6/17 縮小



## 寄付ご協力一覧（敬称略・順不同）2020年6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

大谷 光真  
長嶋 蓮慧  
荻野 昭裕  
京都市・長慶院  
京都市・西岸寺  
堺市・圓光寺  
三重郡・光輪寺  
岐阜市・法久寺（本田 龍司）  
矢野 利生  
八代市・大法寺（大松 龍昭）

松山市・西福寺  
森 直道  
大江 眞  
霜尾 孝紹  
霜尾 光江  
京都市・雲晴寺  
呉市・宝徳寺  
広島市・万福寺  
上越市・正福寺  
笠松 弘隆  
豊中市・専敬寺（島本 泰雄）  
武蔵野市・源正寺（上杉 泰顕）  
高橋 浩文  
藤森 観海

林 友佳子  
寺本 ジ芳  
高田 文英  
八尾市・恵光寺  
柏原市・了雲寺  
小林 秀明  
川村 和人  
正満 良  
津市・妙華寺  
匿名6名（syncable 寄付者含む）

Sotto コメント  
雨降りが多いと気分が減りますね  
（A・Y）

発行 2020年7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](mailto: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