



特集 よりそいホットラインへの参画

ボランティア養成講座受講者募集中

新しい年度をむかえ、ボランティアスタッフとして活動に参加していただく方を新規募集しています。街頭活動や新聞折込などで養成講座受講者募集を広く告知をしているところです。

当センターのボランティアスタッフの主な活動内容は、〈死にたいほどの苦悩を抱える方の気持ちを受けとる電話相談〉、〈大切な人を自死で亡くした方が気持ちを語りあえる場づくり〉〈街頭募金、講演会などの情報発信〉です。これらの活動をとおして、自死にまつわるさまざまな苦悩を抱える方とともにいることで〈ひとりぼっちにならない社会〉の実現をめざしています。

講座では、当センターの活動の趣旨をお伝えした上で、〈死にたいほどの苦悩を抱える方の気持ちを受けとる〉ことを体験的に学んでいただくことにより、自死にまつわるさまざまな苦悩を抱えた方を大切にできるボランティアスタッフを養成します。

「苦しんでいる方を支えたい」という思いをもつ新たな仲間と出会うことを期待しています。

(運営委員 N.Y.)

第3期ボランティア養成講座申込

申込締切 2012年 **5月2日** (水) **必着**

実施期間 5月17～7月26日 [前期研修全10回毎週木曜日]

受講料 2万円 定員 20名

※詳細は当センター事務局(電話 075-365-1600)までお問合わせいただくか、ホームページ(<http://www.kyoto-jsc.jp/>)をご覧ください。

※これまでの講座で約40名の方をボランティアスタッフとして認定しています。

よりそいホットラインへの参画

私たち相談センターは、この4月より〈よりそいホットライン〉という、新たな電話相談事業に参画することとなりました。今回の特集記事では、この事業の特徴と参画することになった経緯について報告します。
(代表 竹本了悟)

よりそい
ホットライン
とは？

◆一緒に「どのようにしたらいいか」を考える

〈よりそいホットライン〉は、〈一般社団法人 社会的包摂サポートセンター〉が厚生労働省の社会・援護局の補助金を受けたモデル事業として、2012年3月7日に開設した24時間フリーダイヤルで相談を受け付ける電話窓口です。すでにCMやメディアなどで広く紹介されていますので、ご存知の方もおられるかもしれません。

サポートセンターの代表理事である熊坂義裕さんは、ホームページ上でこの窓口を次のように紹介しています。

「よりそいホットライン」は「どんな人のどんな悩みでも」受け付けて、一緒に解決を考える24時間の無料の電話相談です。いままで、このような形の電話相談はありませんでした。

いままでは、「どのようなことを相談したいか」によって、窓口が分かれていて、相談者が、「どこに相談したらいいか」知らなければなりません。また、「よりそいホットライン」は、何でも相談ですから、「どこに相談したらいいか分からない」方でも大丈夫です。相談員がちょっとお時間をいただいたとしても、一緒に「どのようにしたらいいか」を考えていきます。そのために弁護士の方など専門領域の方のバックアップもお願いしています。

悩みは、決して単独ではありません。皆さん複合した悩みを抱えておられます。私たちは、電話をかけてくださった方に「よりそって」、一つ一つ問題を解きほぐし、まずできることから一歩すすめるお手伝いをしたいと考えています。

窓口は、〈生活や暮らしに関する相談〉〈外国語による相談〉〈性暴力、ドメスティックバイオレンスなどの女性の相談〉〈性別や同性愛に関わるご相談〉〈死にたいほどのつらい気持ちを聞いて欲しい〉の5つに分かれています。電話をかけた方が、自動音声に従い窓口を選択できるようになっています。

◆ Sotto の活動の支障にならない範囲で

以前の会報で報告しましたが、私たち相談センターが参加している〈自殺対策全国民間ネットワーク〉の緊急集会が平成 23 年 8 月 10 日に開催されました。集会では「社会的包摂政策に関する緊急政策提言」が発表されました。その中で提案された事業を具体化したのが〈よりそいホットライン〉です。5つの窓口の中の〈死にたいほどのつらい気持ちを聞いて欲しい〉窓口を民間ネットワークが担当することになりました。

民間ネットワークの一員である、私たち相談センターとしても、〈よりそいホットライン〉へどのように関わるかを検討しました。電話相談を担当している相談員の数がそれほど多くない現状において、参画するかどうかという判断はとても困難でした。

そこで、相談員全員での話し合いの場を持つことにしました。話し合いでは、さまざまな意見が出ました。〈相談センター独自の活動に支障がでないか〉〈相談員の負担が増えすぎるのでは〉といった不安がある一方、〈苦悩を抱えた方とつながる窓口が増える〉といった期待もありました。そこで、相談員のそれぞれの気持ちが反映されるよう、無記名投票という形で最終結論を出すことになりました。その結果、通常の電話相談に支障をきたさない範囲で積極的に参加するということになったのです。



参画の
経緯



Sotto の
想い

◆相談センターとしての意義

負担は増えるものの、参画すると決めた以上、きちんと役割を果たさなければなりません。相談センターとしては、〈よりそいホットライン〉へ積極的に参画することによって、以下の意義があると考えています。

- 自死にまつわる苦悩を抱えた方とつながる窓口が増える。
- 関係団体の方々と一緒に活動するなかで、お互いの大切にしている姿勢や考え方が研磨される。
- 将来的に 24 時間フリーダイヤルを目指す当センターにとって貴重な経験になる。

この窓口においても、常に相談される方の気持ちをていねいに受けとることを第一とする姿勢を相談員同士で確認しながら、死にたいほどの苦悩を抱えた方の心の声に耳を傾けていきたいと思えます。

必要としている方のために。

先日2月9日に第2回目、4月12日に第3回目の語りあう会を開催致しました。この会は家族や親戚・友人・恋人といった大切な人を自死（自殺）で亡くされた方々だけが集い、日常では語りにくい思いを語りあう会です。

いまのところ男女や年齢に制限はありません。ただ、参加者にはお互いのプライバシーを守る、具体的には会の中で語られた内容は他所では話さない事をお約束いただきます。

進行お世話係として当センタースタッフが加わり、円を描くように席について、それぞれ自分の思う所を語りあいます。それぞれに思いを語り、また別な人の思いを聴く場の雰囲気は、その時その時の参加者によって全く違うものになります。どうしたら安心して参加してもらえるのか、居心地の良い場所だと感じてもらえるのか、参加された方の意見を頂きながら、これからも試行錯誤を繰り返して行くことになりそうです。

大切な人を自死で亡くされた時、心の中の思いや感情が大きく揺さぶられるかもしれません。そういった変化を自分自身で解決できる人、或いは相談できる相手がいる人にとって、語りあう会は必要ではないかもしれません。しかし、そうではない、どこか話しを出来る場所・話しを聴く機会をお探しの方には一度参加して頂けたらと願っています。

(運営委員 吉田 典生)



Sotto 語りあう会

次回日時 2012年 **6月14日** (木) 18:30～21:00 ころまで

会場 ひと・まち交流館京都2階和室

参加費 500円

定員 10名

申込み 075-365-1600 [平日 9:00～17:00]

※詳細は別紙チラシをご覧ください。



被災地ノート⑥

被災地支援活動
～仮設住宅居室訪問活動の現場から～

その悲しみ、その苦しきは、 どこまでもその人自身のもの。

震災から1年が経った。

仮設住宅を訪問していて、ちらほらと新居に引っ越すというお話も伺うようになった。新居へ移って、いよいよ新しい生活に踏み出すのだと、明るい表情で語られる反面、転居することを「これまで一緒に暮らしてきたみんなに話すのが怖くて…」と、不安げにおっしゃる。なかなか転居するというのを言いだせないでいるのだという。

仮設住宅を出て新居に移る人、これからも仮設に残る人、それぞれに悩みがあることだろう。それぞれの悲しみ、悩みは、その人いっばいに、それぞれに悲しみ、悩まれているものである。他者と比較することはできない。その悲しみ、その悩みは、どこまでもその人自身のものであるからだ。

あるご婦人は、被災体験を話されている途中で、ふと口をつぐまれた。しばらくして、「こんなこと話しても、津波を体験していない人には、分からないわよね」と、ため息まじりにおっしゃった。話を続けていくと、その方は、同じ被災者同士でも、あまり津波の話をしていないのだという。どうやら「津波の体験をしていない人には、分からない」という言葉は、「同じ津波を体験をしている人なら、分かってもらえる」という意味ではないようだ。

「分からないわよね」と、おっしゃった言葉には、「誰にも気持ちを共有してもらえない」という、いわば、あきらめのようなものが滲みでているように聞こえた。

訪問活動において、被災者、支援者という立場を超えて、気持ちが伝わり、それを共有していると感じる事がしばしばある。その時には、被災者、支援者という線引きはすでになくなっていく。いま、目の前にいるその人の気持ちを、その人のものであるとして、そのまま受け取ることで、「誰にも気持ちを共有してもらえない」という苦悩が、「わかってくれる人がいる」という仕方で、少しでも和らぐことがあればと願うばかりである。

(ボランティア2期生 A.C.)

今月のことば

揺れ動き、さらに思い悩み、
それから決めても、
決して遅くはないはずだ。

(岡田光世 著『ニューヨークの魔法の言葉』文春文庫)

活動報告

- 電話相談件数…136件 (3月期)
- 相談活動委員会
グループ研修 3月21日(水) 20名
- グリーフサポート委員会
グリーフサポート会議 3月8日(木) 7名
- 啓発活動委員会
啓発活動委員会会議 3月5日(月) 参加者4名
街頭活動 3月16日(金) 参加者4名

寄付ご協力一覧 (敬称略・順不同)

(2012年3月22日～2012年4月13日)

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 安芸教区深川組安楽寺 福岡教区早良組西光寺 坂本亮平 田嶋弘典	正念寺 坪谷光雄 匿名 葛野洋明 街頭募金にご協力いただいた皆様
------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------

●支援方法

賛助会員 年間1口3,000円
寄 付 金額は問いません
法人会員 年間1口10,000円

●会費・寄付金振り込み先

郵便局 ゆうちょ銀行[振替口座] 00950-0-271875
他行間 ゆうちょ銀行[当座] ^{ゼロキューキュー}〇九九店 0271875

●現物によるご寄付も助かります

(例) えんぴつ、模造紙、付箋、ホワイトボードマーカー 等

Sotto コメント

いま、まさに桜満開の京都です。桜をみていると、ついつい物思いにふけてしまいます。桜にすり込まれた思い出は、あかるく楽しいこともあり、つらく悲しいこともあるのでしょうか。それも、人それぞれです。

(N.Y.)

Sotto レビュー



『僕のことを病名で呼ばないで』

青木省三 著 (ちくま文庫)

著者は、精神科で思春期の患者を多くみてきた。その中で見えてきたことを、この本の中でわかりやすく紹介している。

健康と病気は連続した線上にあり、両者の間に明瞭な境界はない。グレーゾーンが両者の間にはある。社会構造の変化により、一人ひとりを取り巻く環境もかわってきた。それが青少年を生きにくくさせている。心理的負荷が加わり、グレーゾーンに属する人が増えているという。

彼らに病名をつけることが、果たして成長の助けになるのか、病名をつけることでかえって本人の個性といったものを見えにくくしているのではないのか。

グレーゾーンこそが、生きる基盤と考えるとき、初めて多様に発達し、多様に生きることが可能になる。そして、助け、助けられる世界がひらけてくる。

(NS.)

発行 2012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

T E L 075-365-1600

U R L <http://www.kyoto-jsc.jp>

E-mail so-dan@kyoto-jsc.jp