



## 自死・自殺に本気で向き合う

# シンポジウムを開催します。

きたる3月31日、京都府自殺対策事業補助金を受けて、「自死・自殺に本気で向き合う」シンポジウムを開催します。

昨年、自ら命を断った方が、3万人を下回りました。しかし、社会問題として捉えるだけでなく、一人ひとりの苦悩をしっかりと見据えたいものです。そのためには、悩まれている方と向き合うのはもちろんのこと、支援の現場の声を聞くことも重要ではないでしょうか。このたび、法曹・行政・遺族支援など様々な領域で活躍するパネリストをお迎えし、具体的な課題をもとに、自死の苦悩を抱える方が必要とする支援とは何か、本気の議論を発信していきます。

支援者それぞれの立場と考え方があります。共通項が見つければ連携のきっかけに、相違点があれば役割分担を。シンポジウムをきっかけに、支援団体間がつながり、支援の輪が広がっていけば、生きやすい世の中へ着実に向かっていくのではないのでしょうか。Sottoにとっても、自らの活動のアイデンティティを再確認する機会になるはずです。いずれにせよ、団体間の社交辞令に終わることなく、「自死・自殺に本気で向き合う」骨太な議論が展開されることが期待されます。すでに支援活動に携わっている方だけでなく、まだ携わっていない方にとっても、一步踏み出すきっかけ、自分にフィットする支援のカタチを見つける機会になるかもしれません。

(発信委員長 加茂順成)

NPO法人京都自死・自殺相談センター Sotto シンポジウム

### 「自死・自殺に本気で向き合う」

- ◆日時：2013年3月31日（日）13：30～16：30
- ◆場所：キャンパスプラザ京都
- ◆入場：無料
- ◆定員：200名 ※詳細は別紙チラシをご覧ください。

## 被災地ノート⑮



# 最後の居場所

私たちが居室訪問活動を行なっている応急仮設住宅で、自死を選ばれた方がいらした。とても悲しいできごとであるし、現場のボランティアたちも、そのことで胸を痛めた。

私たち居室訪問ボランティアの目的は、「死にたいほどの苦悩を抱えている方の孤独による苦悩を和らげる」ことである。このことは、誤解されやすいことでもあるが、自死・自殺の防止が目的ではないということでもある。もちろん、「死にたいほどの苦悩を抱えている方の孤独による苦悩」が和らぐことで、自死・自殺の防止に繋がるのであれば、嬉しいことだ。しかし私たちは、自死・自殺を「防止」することを、主な目的にはしていない。

今、現にある「死にたい」という気持ちを否定することは、「孤独による苦悩」を生むのではないか。苦悩する気持ちを誰にも受け取ってもらえない、誰も分かろうとしてくれないことで、その方は、「ひとりぼっち」になってしまうのではないだろうか。そんな思いがあるからである。

では、私たちは、どうやって「死にたいほどの苦悩を抱えている方の孤独による苦悩を和らげ」ようとしているのか。それは、「苦悩を抱えた方の気持ちを丁寧に受けとる」ということである。「苦悩」する気持ちを誰にも受け取ってもらえない、誰にも分かってもらえない、そんな「ひとりぼっち」の気持ちで、居場所がないと感じている方に、その気持ちを丁寧に受け取ることで、少しでも居場所が提供できればと思っている。つまり、「死にたい」というその気持ちも、ひとつひとつ丁寧に受けとろうとしている。自死したいという気持ちさえ許されないこと、最後の最後に、絞り出すように打ち明けられた「死にたいほどの苦悩」さえも否定されてしまうことは、その方の最後の居場所を奪うことにもなりかねない。

私たちは、仮設住宅の、一つ一つのお部屋を訪ねている。自死された方とも出会っていたかもしれない。そのとき、苦悩する気持ちを受け取れていたであろうか。受け取れていたとしても、その方は、自死を選ばれたのかもしれない。

「それでも自死を選ぼう」というその気持ちを含めた、ありのままの気持ちを受け取りたいと思っている。最後まで、「死にたいほどの苦悩」を抱えている方の居場所でありたいと願うからである。

(ボランティア2期生 A.C.)

## 『わかりあえないことからコミュニケーション能力とは何か』

平田オリザ（講談社現代新書）

近年、コミュニケーション能力の重要性が喧伝されている。しかしながら、私自身、このコミュニケーション能力とやらが、一体、どのようなものであるのか、また、その重要性についても今一つよく分からないというのが実際のところであった。むしろ、コミュニケーション能力が高いと言われる、口が達者でどんな人とも上手く関われる人のことを疎ましく思い、そこにある種のウソ臭ささえ感じているほどである。そんな斜に構えた私のような方にも、ぜひご一読いただきたい良書だ。「コミュニケーション教育に、過度な期待をしてはならない。その程度のもんだ。その程度のものであることが重要だ。」「コミュニケーションは、それ自体がそれぞれ独自の文化と呼べるものだから、善し悪しではないし、まして優劣ではない」「繰り返し言う。コミュニケーション教育は、人格教育ではない。」

こうした平田氏の言葉に触れて、コミュニケーション重視の風潮に違和感を感じている私は、大きな安心を与えられた。一人ひとり、それぞれにコミュニケーションの仕方は様々であって良いのだ。ただ、より上手く社会を生きようと思えば、「多数派の理屈を学んでおいて損はない」という程度に学べば良いのである。

では、他者と関わる際の心構えとは、いかなるものなのか。心からわかりあえることを前提とし、最終目標としてコミュニケーションというものを考えるのか、「いやいや人間はわかりあえない。でもわかりあえない人間同士がどうにかして共有できる部分を見つけ、それを広げていくことならできるかもしれない」と考えるのか。

相互の関係に対して、過度に期待をするわけではないが、決して、断絶するわけでもない。後者のような姿勢で、他者と関わることができたならば、今よりもきっと豊かな関係が生まれるのではないかと思う。こうした在り方は、お互いの価値観や気持ちの摺りあわせに多大な労力を必要とするものであろう。しかしながら、「人生、無駄があった方がいいですよ」くらいの気持ちで、他者と自分自身の煩わしさを愛おしみながら、コミュニケーションしていければと思う。 (T.R.)

※ カギ括弧内は引用文です

わかりあえないことから  
コミュニケーション能力とは何か  
平田オリザ



講談社現代新書  
2177

## 今月のことば

真実は、言葉だけでは伝わらない。「愛している」と言われたから、「愛されている」と感じるのではない。「悲しい」と言えば、悲しみが伝わるのではない。

(早川義夫『たましいの場所』ちくま文庫)

## 活動報告

- 1月期電話相談件数…160件（無言38件、よりそいホットライン35担当件を含む）
- 相談活動委員会  
グループ研修 1月7日（月）10名、1月17日（木）10名
- 広報・発信委員会  
委員会会議 1月10日（水）6名
- グリーフサポート委員会  
委員会会議 1月10日（木）10名



## 寄付ご協力一覧（敬称略・順不同）2013年1月1日～1月31日

浄土真宗本願寺派 藤原克憲  
株式会社エクザム 大谷光真  
葛野洋明 鈴木善隆  
真名子晃征 高丘樹俊  
竹本了悟 和歌山市・宗善寺  
長嶋蓮慧 ホウキュウジ  
赤澤英海 佐々木惠精  
富永心樹 中山正見  
草田みち子 街頭活動にご協力いただいた皆様  
山本清子

ご協力にこころより感謝いたします

### ●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

郵貯間 ゆうちょ銀行[振替口座] 00950-0-271875  
他行間 ゆうちょ銀行[当座] <sup>ゼロキョウキョウ</sup>〇九九店 0271875

### Sotto コメント

暦の上では春ですが、京都は小雪が舞う寒い日が続いています。昨夜、散歩をしていて、芳ばしい香りにふりむくと、梅の花が咲いていました。春はちゃんとそこに来ているようです。(N.Y.)

### 発行 2013年2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)