



京都府助成事業

公開シンポジウム報告

3月31日に「自死・自殺に本気で向きあう」と題した公開シンポジウムを開催しました。来場者は112名。予想以上の方にご参加いただきました。

このシンポジウムは〈死にたい気持ちを抱えた方〉や〈大切な人を自死で亡くした方〉を大切にすする支援とは何かということと一緒に考え、来場者の方が支援の輪に加わっていただけるようなきっかけや情報を提供することを目的として開催しました。

行政、法曹、遺族支援の領域で活躍する登壇者を迎え、行政からの具体的な問題提議をもとに議論をすすめました。それぞれの立場から本音を感じられるような議論が展開し、身近に感じていただけたと思います。また、行政との連携方法なども提示され、今後の具体的な活動につながる機会にもなりました。

来場者からは質問用紙を同時に受付けて議論に反映することにより、会場全体に一体感が生まれていたように思います。また、シンポジウムを通して得た気づきを、付箋に書いてホワイトボードに貼っていただくなど、参加型の仕掛けにも多くの方にご協力いただきました。

シンポジウムの後に、当センターのボランティア説明会を行ったところ、約30名の方にご参加いただきました。このシンポジウムを通して当センターの活動に興味をもっただけだことを実感しました。

シンポジウムでの議論を具体的な支援につなげるのはなかなか難しいですが、今後も諦めずに継続的に考えていくことが私たちに来ることなのではないかと思っています。

(N.Y.)

印象に残った言葉

適切な支援とは？

それぞれの思いを感じとる。こうすればオッケーということはないんだと腹をくくってしまふことが一番大事。

ステレオタイプを作らない。「遺族とはこういうものだ」というような固定観念を自分の中から取り外す。固定観念は偏見を生むきっかけにもなってしまふ。

金子久美子（福島れんげの会）

居場所とは？

何が適切かはわからないけど、その人の力を取り上げないことが大事だと思う。

大事にするってどんな事かっていうのを、まずひとり一人が感じられたらいいなと思っている。

今、苦しんでいることを誰も知らない孤独の中で、一人で「死にたい死にたい死にたい」と言っているのではなくて、私は「何々さんは死にたいとおもっていて辛いねんな」「今日は生きてるかな」そういう事を思う一人でいこうという風に思っている。

吉田まどか（カウンセリングスペース・リヴ）

苦悩する人中心の支援

わかるのかわからないけど、可能な限り心情を慮る。信頼関係はなかなか出来ない。そういうところがないと法律問題まで弁護士がたどり着けない。

「法律の訴訟をすること自体がその人を追い込んでいるのではないか」ということを考えますね。

生越照幸（弁護士）

気付きのメモ ※一部抜粋

キモ千で
通い合う
ことの大切さ

「明日を生きる支援
をする」にとても共
感しました。

ひとりひとり
個別にみる

自分の中の固定観念を
いっぺん捨ててみて次
世代につないでいきた
いものを考えてみる

タイミングは相談し
て来られた方にある。

楽になりたいく
ない人もいる

参加者へのアンケート

性別	
男性	24
女性	16

年代	
～10代	0
20～30代	13
40～50代	12
60代～	15

第1部	
とても良い	14
良い	15
どちらともいえない	6
悪い	1
とても悪い	0

参加者数 112名
回答者数 40名

第2部	
とても良い	11
良い	19
どちらともいえない	3
悪い	0
とても悪い	0

- 自分のことを否定しないでって言われただけですごい楽になった
- 一人ひとりの人格、環境、状況が違うのだから、偏見、概念をもたず、何が大切かを考えることが大事だということを学んだ。
- この課題をずっとずっと悩み続けてほしい。答えがなくても。
- その人の力を信じて、その人の今の思いに寄り添うことが大切だと感じた。
- 本日のテーマはなかなか難しくしかも奥深いものがあり今日半日だけで議論できない・・・
- 解決する方法は1つではないことが、よくよくわかりました。
- 肩肘をはってがんばらなければならないということではないということがわかった。
- 活動が出来る場所を近くの地域に作っていく事が必要だと感じた。

※一部抜粋

自死遺族支援 について学ぶ研修会

去る3月15日に京都市こころの健康増進センターにて開催された自死遺族支援について学ぶ研修会に参加した。今回のテーマは、自死遺児支援についてだった。あしなが育英会レインボーハウス八木俊介氏、カウンセリングスペース・リヴ吉田まどか氏、こころのカフェ きょうと石倉紘子氏から、それぞれテーマについての講演があった。

講演の中では、「自分が悪い子だから、親が死んだ」「親に捨てられた」「助けてあげられなかった」「死がつねに近くにあり、死にたい」「何か怖いことが、また起こるかもしれない」「幸せになってはいけない」などが遺された子どもの抱える様々な思いとして紹介された。一つひとつの思いから、いかに生きづらいかが伝わってくる。

親を自死で亡くした子どもの支えになるのに、家族はとても重要である。しかし、遺された家族間においては、お互いを思いやるからこそ、その思いを口にも出せず、すれ違い、傷つけ合うこともある。悲しみ方やその回復の速度もそれぞれ違うために、溝を深めてしまいバラバラになり崩壊してしまう家族も多いようである。そこでは家族調整が必要となる。家族は成長し変化する。そこに支援者がどのように関わるかということは、難しい課題である。関わる時期によっても多様な支援が必要となるからである。

現在行なわれている支援のひとつに「子どもの遊びワーク」というものがある。そこは〈子どもには子どもの思いがあるということを知る場所〉〈安心して遊べる場所〉〈どう思ってもいいと知る場所〉〈誰かの思いを抱えない場所〉〈子どもが安心してすることで親も安心する場所〉〈親が安心して子どもが安心する場所〉〈子ども同士の会話がある場所〉だという。そのような場所は、親を自死で亡くした子どもだけではなく全ての子どもが求めている場所ともいえるだろう。

今回の研修会に参加して、大切にしたいのは、やはり〈一人ひとりの気持ち〉だと感じた。多様な支援の一つとして Sotto の活動を続けていくことで、〈一人ひとりの気持ち〉を大切にしたいより良い場所づくりを微力ながらお手伝いしたい。それが親を自死で亡くした子どもがひとりぼっちにならないためにできることなのではないかと思っている。

(ボランティア1期生 Y.K.)

今月のことば

“Nothing about us without us” 私たちのことを、私たち抜きに決めないで

(障害者権利条約スローガン)

活動報告

- 4月期電話相談件数…125件（無言13件、よりそいホットライン担当44件を含む）
- 相談活動委員会
グループ研修 4月8日（月）3名、4月18日（木）7名
- 広報・発信委員会
委員会会議 4月15日（水）8名
- グリーフサポート委員会
語りあう会 4月11日（木）7名（参加者0名）

寄付ご協力一覧（敬称略・順不同）2013年4月1日～4月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
谷口政昭
今井庸子
原智精
森晃祐
広幡彩
古田久人
禿定心
森田眞照
霍野廣紹
高石彰也
長嶋蓮慧
熊谷光世
和歌山市・万福寺
中村スミヨ
姫路市・善正寺（横山正仁）
北海道空知郡・聞信寺（門上誓明）
福島市・康善寺
中西正良
郡上市・浄光寺
中田清吉
尼崎市・浄元寺
北九州市・西光寺（西村達也）
北海道野付郡・本覚寺（加藤泰行）

津市・妙華寺（中川和則）
戸沢葉子
松浦信
本山栄二
大田垣聖圓
加藤大
江田昭道
那須公昭
郡上市・浄國寺（藤井好正）
福岡県田川郡・真道寺（中村芳道）
福島県田村郡・光善寺
金沢豊
大阪市・栄照寺
岸和田市・称名寺（出口湛龍）
富山県中新川郡・浄泉寺
佐々木惠精
長崎市・光源寺
大津市・福賢寺
朝倉玲子
下関市・光明寺（泉哲朗）
兵庫教区教務所
中尾史峰
広島市・浄寶寺
洲本市・浄光寺（梅林雅道）
福岡県粕屋郡・信行寺（神崎由生）
海野秀子

山田宏晃
吉田明
高岡市・東弘寺（豊田善樹）
長岡裕之
稲田英真
西崎英子
高田妙子
西向寺
長門市・法林寺（蘭純精）
坂本亮平
北海道樺戸郡・西光寺（西野和夫）
野村顕祥
藤井徹
淡路市・宣勝寺（田近早弓）
太田市・安養寺
小林秀明
鳥栖市・正行寺
安田智誠
須坂市・東照寺
藤本弘子
藤大慶
長尾光洋
神埼裕子
玉田義幸
前橋市・清光寺
市川幸佛

玉井利尚
奈良県吉野郡・願行寺
安本義正
広島市・善正寺
平野批美
池田行信
広島県安芸郡・龍仙寺（武田昭英）
一関市・正光寺
四日市市・浄恩寺
八尾市・恵光寺
日高宏
長岡岳澄
伊佐市・覺誓寺
小松敏英
塩月光夫
緒方正弘
兒玉智文
能美潤史
金子宗孝
真名子晃征
広島市・光徳寺（後藤壽邦）
曾於市・覚照寺（平島義仁）
和歌山市・教願寺（北氏緋紗）

Sotto コメント

新緑の美しい季節となりました。寒暖の差が激しく、着るものにも困る毎日です。少し暑いとバスの冷房が効きすぎていたり…ちょうど良い気候というのは1年の中でもなかなか味わえないものですね。たまには新緑の庭園を眺めながら、通りすぎる天然の風を感じてみようかなと思っています。（N.Y.）

発行 2013年5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