



2013 年度 理事会・総会を開催しました。

5月19日に定例理事会・総会を開催しました。昨年度の決算、本年度の予算、今後の組織および運営についてなどを議題に、Sottoの今後の活動について検討し、滞りなく議事を終えました。

相談センターでは、大きく3つの委員会〈相談、発信、グリーフサポート〉に分かれて活動しているため、それぞれのメンバーが一堂に会する機会はなかなかありません。そういった中で、それぞれの委員会の活動を振り返り今後の活動を考える意味で大切な機会です。また、Sotto全体の活動について考えることのできる機会としても重要です。メンバーそれぞれの活動をSotto全体の大きな活動の一部と確認することは、活動を続ける上でとても重要なことだと思います。

Sottoの活動も4年目に入りました。今回の議事を踏まえ、当センターではさらに充実した活動をする予定です。〈メール相談事業〉や〈居場所づくり事業〉など、新たな事業も目白押しです。従来から実施している活動の土台をさらにしっかりとしたものにし、新たな活動に活かしていけるよう頑張ります。

Sottoの活動は皆さまからのご協力金で成り立っています。1年間を振り返り、皆さまからのご支援の重さについても実感しているところです。皆さまの思いを無駄にしないためにもしっかりと活動をしていきたいと気持ちです。どうか、今後とも引き続きご支援ご協力よろしく願いいたします。 (N.Y.)

※昨年度の報告および本年度の予定については別紙資料をご覧ください

第4期ボランティア養成講座

受講生を迎えて

本年度は22名の方が養成講座を受講しています。年齢や性別は様々ですが、Sottoの活動に賛同し、自死にまつわる活動をしていきたいという思いは同じです。

養成講座ではロールプレイでの体験学習を中心にしています。相談する役と、相談を受ける役、そのやりとりを見る役をそれぞれ担い、それぞれに感じたことを振り返ります。そこで大切なのは、一人ひとりの「気持ちを感じる」「気持ちが動く」という体験です。誰かのどの言葉で、態度で、息づかいで、どう感じ、どう動いたのか、ということを振り返り、共有することで、より適切な関わり方を模索していきます。

養成講座（前期）は全10回。一人でも多くの受講生に、本講座を通して、Sottoの姿勢を体感していただければと思っています。

(N.Y.)

受講生の声

- ・物事に真剣に取り組むとこんなに疲れるのだと久しぶりに実感しました。
- ・人の気持ちに気づくってというのは、とても難しい事だと思いました。
- ・何回もロールプレイを重ねていくうちにどんどん分からなくなった。
- ・気持ちからの言葉は伝わる。
- ・気持ちを言葉にするのは難しいと気づきました。
- ・人によって感じ方がそれぞれということに気づいた。
- ・自分が問題と思わない所も人は問題にしている。
- ・自分の気づかない自分の気持ちに気づいたことがありました。

被災地ノート⑰

踏み込むこと、踏み込まないこと。

震災から2年が経って、かつて自分が住んでいた家、町並みの姿を思い出すことができないという声を聞くようになった。

被災地では、津波によって大きな被害を受け、復興の足掛かりを掴むことさえ困難な場所もある。一方で、少しずつ復興が進み、震災前の町並みとは異なる、新しい町並みが出来上がりつつある地域もある。「自分が住んでいた家を思い出せない」とおっしゃる向こうで、どのように感じておられることだろう。

ある方は、新しい町並みになりつつある、かつての自分の町を離れて、内陸部に行かれたそうである。そこでは、未だに建物の壁にヒビが入っていたり、地面が陥没していたりして、地震の爪痕が、そのまま残っていたのだそうだ。

その方は、「それを見て、なんだかほっとした」とおっしゃった。

震災の爪痕を見て、悲しい気持ち、つらい気持ちが蘇ってくるのではないかと考えていただけに、その方の意外な言葉に、戸惑ってしまった。

いったい、どうして「ほっとした」のか踏み込んでおたずねしてみると、

「やっぱり地震ってあったんだなあって思ってね」と、しみじみおっしゃった。

地震があったことを確認できたことが、どうして「ほっとした」のか。

その時は、残念ながらそれ以上、踏み込んで聞くことができなかった。

悲しい気持ち、つらい気持ちが蘇ってくるのではないかと思ったからだ。

新しくなりつつある自分の町並みと、地震の爪痕と。

「やっぱり地震はあったんだなあ」とは、何を確認したものだったのだろう。

その言葉は、どんなお気持ちから発せられたのだろう。

気持ちに踏み込まず、そこに触れずにおこうとすることは、その方の気持ちを気遣っているつもりで、むしろ逆に、その方を一人ぼっちにさせてしまったのではないだろうか。

気持ちに一步踏み込むということの大切さと、踏み込まないでいることのもどかしさを、改めて感じさせられた。

(ボランティア2期生 A.C.)

今月のことば

ほんまのことなんてな、ないこともあるねんで、
何もないこともあるねんで。

(川上未映子『乳と卵』文藝春秋)

活動報告

- 5月期電話相談件数…135件（無言21件、よりそいホットライン担当52件を含む）
- 相談活動委員会
グループ研修 5月13日（月）6名、5月16日（木）8名
- 広報・発信委員会
委員会会議 5月22日（水）6名
- グリーフサポート委員会
委員会会議 5月23日（木）8名

寄付ご協力一覧（敬称略・順不同）2013年5月1日～5月21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	高島幸博	三上昭
株式会社エクザム	豊後高田市・光徳寺（曜日慧誠）	出雲市・明顕寺
葛野洋明	下関市・善照寺	和歌山市・妙慶寺（藺田香樹）
北塔光昇	西原華林	船倉成之
堤沙蓮	南さつま市・福田寺	小笠原義宣
石本龍憲	梅山英明	鹿児島市・妙楽寺（高木壽章）
高丘樹俊	浄住護雄	佐々木隆晃
福山市・泉龍寺（坂田秀磨）	林敬子	水島眞理子
岩国市・専徳寺（弘中満雄）	野呂諭美	久林高伸
岐阜駅加茂郡・善教寺	野呂靖	蓮本史郎
樋口哲	竹田市・安照寺（衛藤徹三）	植田豊
北九州市・西蓮寺	大橋覚音	石見由嘉
板垣正雄	西村由美枝	松岡未子

Sotto コメント

梅雨ですね。1ヶ月半という長い間、曇や雨の日が多いと、つい、気がめいます。でも、この梅雨という季節がないと夏に必要な水が失くなり「渇水」になってしまうそうです。嫌な梅雨も大切なものなのですね。

(N.Y.)

発行 2013年6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