

WHO が報告する世界の自死

先日、WHO（世界保健機関）より、『自殺を予防する－世界の優先課題』（WHO 世界自殺レポート）が発行されました。日本語版で 95 ページにわたるきわめて詳細なもので、世界的な調査にもとづくレポートとしては初めての取り組みとなっています。

本書には、注目すべきデータと提言が多く盛り込まれていますが、なかでも衝撃的であるのが「2012 年 1 年間に自ら命を絶った方が推計 80 万 4000 人にのぼり、平均 40 秒に 1 人の方が亡くなっている」という事実です。人が命を絶つ、その理由はさまざまであり一概にすることはできません。しかし多くの苦悩や悲しみが今こうしている間にも生じていることに胸がしめつけられます。

レポートは若者の自死についても報告されています。日本の若年層の死因トップが自死であることは知られていますが、世界的にみても若い世代（15 ～ 29 歳）の死因の 2 番目は自死であり、早急な支援の必要性が指摘されています。

こうした状況に対し、レポートではいくつかの支援策について言及していますが、最も注目されるのが次の指摘です。

自殺とその予防についての研究や知識が増えているにもかかわらず、自殺にまつわるタブーとスティグマは根強く、人々は援助を求めることなく、しばしば取り残されています。(p.11)

自殺についてのスティグマが広がっているため自殺を考えている人々の多くは誰に話したらよいかわからない。包み隠さず話すことは、自殺を考えている人に自殺関連行動を促すよりはむしろ、他の選択肢や、決断を考え直す時間を与え、自殺を予防する。(p.65)

貧困の解決や病気の克服など具体的な施策の重要性はいうまでもありません。しかし、自死の背景に存在する自死に対するさまざまなタブーを乗り越えることこそ重要であるというこの指摘は、私たちの日々の活動を考える上でも多くの示唆を与えているように思います。

(N.S.)

そっと気持ちに寄り添うために

理念と活動姿勢を学ぶ場として開講した第5期ボランティア養成講座が終了しました。講座は死にたい気持ちを抱える方からの相談電話を想定した実践を中心とした学習でしたが、参加者の皆さんには、時に涙する場面もあるほど真剣な姿勢で取り組んでいただきました。各回では講座を通しての「気づき」を記録してお互いに共有するのですが、その内容からも強い思いが伝わってきました。

認定したボランティアの人数は18名。その中で電話相談員として活動する方は8名。その他の方は広報や発信、グリーフサポートなどの分野で活動することになります。新メンバーの参加に既存メンバーも良い刺激をうけることでしょう。これを機に活動がますます活発になっていくことと思います。

これまでは年に一回しか開催していなかったボランティア養成講座ですが、今年はもう1回開催する予定にしています。理由としては、ボランティアの不足があります。

毎年、認定されたボランティアの2割以上の方が諸事情により活動を離れざるをえず、既存の活動を維持していくのに精一杯なのが現状となっています。

一方、メール相談やファンドレイジング、居場所づくりといった新規の活動もありますし、また従来の活動に対しても需要が高まってきています。

例えば電話相談では、一本の相談電話を受けている最中に、また別の相談電話がかかってくるという状況で、全ての電話対応しきれいていません。また、メール相談では、相談メールの窓口を3日に1回閉鎖しなければいけない状況です。そして、おでんの会では定員を超えて申し込みがきています。

そういった状況を改善するためには、やはり第一にボランティアの人員確保が必要となります。2回目の要請講座の受講者は6名。休日に集中して開講することで、短期間での養成を目指します。Sottoの理念と姿勢を共有した仲間が増えていくことを期待しています。

（代表 竹本了悟）

受講生の「気づき」



言葉や沈黙も、気持ちが近いか遠いかで意味がかわる。頭で考えないで心で感じて言葉にすることが大切。

自分の立場を死にゆく者として考えることで、そこにどのような感情がおきているのかを想うことができた。

頭で考えると言葉による説明の積み重ねになってしまう。もっとシンプルに気持ちに近づきたい。

死にたいと思っている人のその気持ちを尊重するという行為の大切さに気付きましたが、同時に自分にそれができるのだろうかとも考えてしまいました。

「うまくやりたい」という気持ちを捨てることが私の課題です。

やっぱり頭で考えてしまうと気持ちが寄り添えない。相談者と相談員との間だけで伝わるものがあるのかなと思った。

相談者の気持ちを受け止めるようにと意識して臨んだが、気持ちを聞くのではなく、自分の中のイメージにとらわれて相談者の心情を受け止められなかった。相談者の味方という思いで聞かなければと思った。

形通りの慣れ合いでなく、相手の全てを認めて受容することの難しさを痛感した。相談者が求めているのは、慣れ合いでなく、無条件の受容だと感じた。

今月のことば

ぬばたまの 夜霧の立ちて おほほしく 照れる月夜の 見れば悲しさ

(大伴坂上郎女「万葉集 巻第六 雑歌 982」)

活動報告

● 8月期電話相談件数…214件（無言 11件、よりそいホットライン担当 80件を含む）

● 電話相談委員会

グループ研修 8月21日（木）7名

● 8月期メール相談件数…受信件数 105件 送信件数 77件

● メール相談委員会

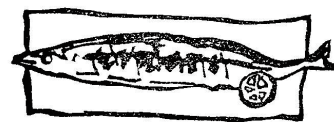
グループ研修 8月19日（火）2名、31日（土）5名

● グリーフサポート委員会

委員会会議 8月14日（木）8名（参加者2名）

● 広報発信員会

委員会会議 8月28日（木）8名



寄付ご協力一覧（敬称略・順不同） 2014年8月1日～31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
吉田典生
柏原市・了雲寺
大江眞
神崎裕子
高山幸博
荻野昭裕
谷口政昭

藤本弘子
岩田福次郎
石見由嘉
吉田明
さいたま市・最勝寺
奥野聰一郎
山内真隆
緒方正弘
鈴木八代子
岡田幸栄

岡崎秀磨
藤大慶
前田富子
願行寺
中西正良
中西正導
市川幸佛
釋恵子
佐世保市・常念寺
曜日慧誠

永江武雄
下河辺成子
尼崎市・専正寺
原智精
水島眞理子
伊達智子
匿名
株式会社渡邊コーポレーション
高木愛郁

Sotto コメント

お月見の季節ですね。今年は中秋の名月、スーパームーンと、月の話題で盛り上がりました。結局どちらも見そびれて、悔しく思っていたところ、昨晚の夢に月が出てきてくれました。夢で見る月もきれいでした。(N.Y.)

発行 2014年9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