



5周年記念シンポジウム

自死・自殺に本気で向き合う

来たる2月28日、京都府自殺対策事業補助金を受けて、第三回の「自死・自殺に本気で向き合う」シンポジウムを開催します。今回は Sotto 開設5周年目の記念すべきシンポジウムでもあります。

今年のテーマは“伝える”。死にたい気持ちを抱えた方がその想いを伝えたい、あるいは大切な人を自死で亡くした方がそのことを周囲に話そうとするとき、大きな抵抗感を伴う場合があります。このような生きづらい社会においても、自死・自殺について伝え、語り合うには何が必要なのでしょうか。

今回のパネリストには自死・自殺の本を世に出された作家、雨宮処凛氏と末井昭氏をお迎えします。「なぜこの本を書いたのか」「誰に何を伝えたいのか」「書いたことで自分や周囲にどんな変化が起きたのか」など、具体的な経験をお聞きしながら、自死・自殺について“伝える”ことの意味について、本気の議論を展開します。

“伝える”ことは作家の方に限らず、私たち一人ひとりができることだと思います。「死にたい気持ちはどうすれば分かってもらえるのか」「死にたい想いを抱えた方に、どんな言葉をかけたらいいいのか」などと、今まさに“伝える”難しさに直面している方もいらっしゃることでしょう。そうした方々にとって、様々な気づきが得られるシンポジウムになることを願っています。

昨年に引き続き、ご来場の方々とともに考える参加型の仕掛けとして、質問用紙を随時議論の中に反映するなど、一体感のある白熱したシンポジウムを目指します。多くの方のご参加をお待ちしています。
(発信委員長 加茂順成)

「自死・自殺に本気で向き合う」シンポジウム

日時:2015年2月28日(土)13時~16時

場所:キャンパスプラザ京都 第1講義室

パネリスト:雨宮処凛(作家、活動家)、末井昭(作家、エッセイスト)、
生越照幸(Sotto 理事、弁護士)、竹本了悟(Sotto 代表)

※シンポジウム終了後16時頃から、京都自死・自殺相談センターの2015年度ボランティア募集説明会をあわせておこないます

Café de Oden(カフェ・ド・オデン)

生きづらさ、死にたいほどの悩みを抱える

若者のために

2012年、年間の自殺者総数が15年ぶりに3万人を下回りました。これは、2006年の自殺対策基本法などの対策が一定の効果をあげたといえるでしょう。しかし一方で、死にたいほどの苦悩を抱える方や、大切な人を亡くして生きづらさを抱えている方が、今もなお多くおられるのが現状です。

当センターでは、開設当初から、こうした方々の苦悩を和らげるための活動を継続して行っています。昨年度からは、死にたいほどの苦悩を抱える方の孤独感を和らげることを目的とする居場所づくり「おでんの会」を毎月開催しています。参加者からは「皆様のあたたかさが伝わる、心温まる会でした」や「本音を語ることができ、うれしかった。自分一人じゃないと思った」などの声をいただいています。

他方、若年層の自死は深刻な状況にあることが報告されています。年代別の死因順位をみると15～39歳の各年代の死因の第1位は自殺となっており、男女別にみると、男性では15～44歳という、学生や社会人として社会を牽引する世代において死因順位の第1位が自殺となっており、女性でも15～34歳の若い世代で死因の第1位が自殺となっています。この状況は国際的にみても深刻であり、15～34歳の若い世代で死因の第1位が自殺となっているのは、先進国では日本のみであり、その死亡率も他の国に比べて高いものとなっています。

そうした背景の中、この度、京都府自殺対策事業の委託を受け、若年層を対象とした居場所づくりとして、新たに「Café de Oden」を開催することになりました。自殺対策策強化月間である3月に、合計4回の期間限定で開催します。

若者が足を運びたくなるように、リラックスできてお洒落なカフェ〈HACOBU KICHIN (ハコブキッチン)〉を会場に選びました。

会では、参加者の皆さまには基本的に自由に過ごしていただきます。その中では、参加自由の〈遊びの時間〉を設け、アートを取り入れたワークショップやセルフハンドマッサージ、アロマを使った心地良い匂いのするリース作りなどを計画しています。

もちろん、安心して過ごしていただけるよう、スタッフは、秘密を厳守し、きめ細やかな配慮を心がけます。

生きづらさ、死にたいほどの苦悩を抱えた方の孤独感を和らげるような、居心地の良い場になるよう、スタッフ一同企画運営に励んでいます。ご支援ご協力のほど、よろしくお願いいたします。

(居場所づくり委員長 霍野廣由)

Café de Oden(カフェ・ド・オデン)

開催日：2015年3月9日、16日、23日、30日（合計4回） 毎週月曜

場 所：ハコブキッチン

京都市下京区五条通高倉南東角 (jimukinoueda bldg 1F)

定 員：20名程度

申込み：不要

一人で読むだけでは 見えてこなかった部分が見えてくる

本年度より Sotto ボランティアを対象とした勉強会〈SottoLABO〉を開催しています。記念すべき最初の参考テキストは末井昭氏の著書『自殺』です。この本を選んだ理由は、著者を本年度の Sotto シンポジウムでパネリストとして招聘する予定であることはもちろんですが、『自殺』という題名の書籍が講談社エッセイ賞を受賞し、広く日本社会に受け入れられていることに大きな関心を持ったからです。

勉強会では担当者が重要だと感じた箇所を順に追いながら内容を共有し、そのうえで、参加者同士で対話します。みんなで読み進める良さは、一人で読むだけでは見えてこなかった部分が見えてくることにつきます。感想を言葉にすることで、自分自身の感じ方をはっきりと認識することができますし、他の人の感想を聞くことで違った感じ方を知ることができます。

本書に散りばめられている著者自身の赤裸々な想いは、私たちの心に強く響いてきます。私自身が特に印象に残っているのは、次の文です。

僕は、自殺が悪いこととも、もちろん、いいこととも思っていない。どうしても生きることがつらくて自殺しようとする人に、「頑張って生きようよ」と言うつもりはありません。ただ、競争社会から脱落して自殺する人はみんな孤独です。孤独に、ひっそり死んでいくのです。誰にも見向きもされないで、自殺者は死んでからも孤独です。…（中略）…人は人となつながらことによって、自分の中に力や勇気や充実感が湧いてきて、心がウキウキしてくるのです。人はそういうふうにつくられているのではないかと思います。（24 - 25 頁）

Sotto が目的としている自死の苦悩を抱えた人を「ひとりぼっちにしない」と、そのために提供しようとしてつとめている「あたたかなつながり」の大切さを改めて考えさせられます。初めて読んだときには、相談のなかで感じる、相談者と相談員との心が触れ合う瞬間のあたたかさ、その後に相談者の心に生じる前向きな気持ちの変化を共にした時の感覚を思い出しました。

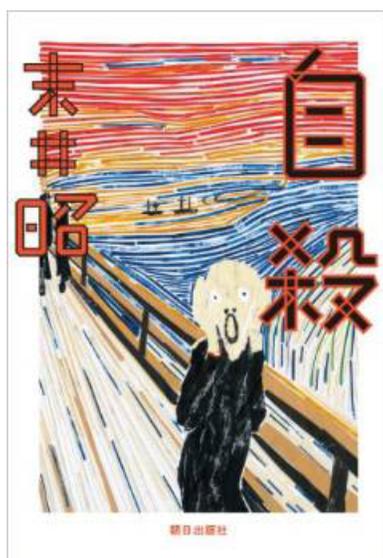
『自殺』が広く日本社会に受け入れられている理由は、末井氏の等身大で誠実な語り口と文章にじみ出ている人間性にあるように思います。語られる言葉がどこまでも他人事でない、ご自身の言葉で真剣に表現しようとしてつとめられているように感じました。各所に、深く踏み込んだ強烈な価値観が示されているのですが、ユーモアに富んだ柔らかな表現によって、深刻で重くなりすぎることなく心地よく読み進めることができます。実際にLABOのなかでも、いくつかの文章について受け入れられないという意見は多くでした。しかし、受け入れられないような違った価値観が提示されていても、案外、嫌悪感なく読み進めることができました。

本書は、自死について表現する際に、関心の薄い人や目を背けたい人であったとしても、発信の工夫次第で関心をもってもらえる可能性を示しています。今後、Sottoが自死について発信していく際、大いに参考にしていきたいと思います。

2月28日にはSottoシンポジウムで直接に対話する機会をいただいていますので、LABOで共有した想いを投げかけるなかで、より深い気づきをえることができればと期待しています。
(担当者:竹本了悟)

SottoLABO 開催日：第一回 2014年10月8日 18:00～19:30 参加者 12名
第二回 2014年10月30日 18:30～20:00 参加者 10名
第三回 2014年12月8日 18:00～19:30 参加者 10名

今回のテキスト・・・末井昭著『自殺』（朝日出版社）



世の中、自殺について醒めているような気がします。おおかたの人は自分とは関係ない話だと思ってるんでしょう。もしくは自殺の話題なんか、縁起悪いし、嫌だと目を背けてる。

結局ね、自殺する人のこと、競争社会の「負け組」として片づけてるんですよ。

死者を心から悼んで、見て見ぬふりをしないで欲しいと思います。

どうしても死にたいと思う人は、まじめで優しい人たちなんです。（「まえがき」より）

今月のことば

目を開けてごらん 顔をあげてごらん 春が来ているよ

(忌野清志郎作詞『日本の人』)

活動報告

- 1月期電話相談件数…229件（無言31件、よりそいホットライン担当70件を含む）
- 電話相談委員会
グループ研修 1月22日（木）12名
- 1月期メール相談件数…受信件数73件送信件数63件
- メール相談委員会
グループ研修 1月8日（木）3名、1月20日（火）3名×2回
- グリーフサポート委員会
委員会会議 1月9日（木）6名
- 広報発信委員会
委員会会議 1月23日（木）9名
街頭募金活動 1月30日（金）7名



寄付ご協力一覧（敬称略・順不同） 2014年1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 | 船倉成之 | 福岡県糟屋郡・信行寺 | 堤沙蓮 |
| 株式会社エクザム | 中田清吉 | 藤大慶 | 安本義正 |
| 葛野洋明 | 原智精 | 和歌山市・宗善寺 | 市川幸佛 |
| 鈴木八代子 | 太田垣聖圓 | 尼崎市・円融寺 | 西崎英子 |
| 豊島由香 | 加藤大 | 岡玲 | 今井信雄 |
| 日野凡記 | 日下正実 | 藤榮行信 | 永江武雄 |
| 高知県高岡郡・法城寺 | 佐々木隆晃 | 海野秀子 | 諏訪了我 |
| 奥野聰一郎 | 廿日市市・西向寺 | 西野和夫 | 下川弘暎 |
| 玉田義幸 | 荻野昭裕 | 長岡岳澄 | 飯塚市・正円寺（高石彰也） |
| 伊佐市・覺誓寺 | 下関市・善照寺 | 松井正彦 | 匿名希望 4名 |
| 南昌宏 | 吉田明 | 日高宏 | 街頭募金へご協力下さった皆さま |
| 松岡末子 | 隆野正信 | 中村芳道 | |
| 高木愛郁 | 蘭純精 | 北畠晃融 | |

Sotto コメント

散歩に出るとウグイスが梅の木にとまっていた。日本画のような風景に思わず見とれてしまいました。ウグイスは「春告げ鳥」ともいうのだそうですね。まだまだ寒いですが、もう春です。

発行 2015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