



出前講座 たんぽぽ

〈居場所〉づくりは〈ひと〉づくり

Sotto は「死にたい」「大切な人を自死で亡くした」といった自死の苦悩を抱えた方の心の居場所づくりを目的として活動しています。わたしたちが居場所づくりにおいて最も重要だと考えているのが、そこに居る〈ひと〉です。ですから、Sotto のボランティアとして、心の居場所となる〈ひと〉となっていただくために、ボランティア養成講座や定期的な研修を開催してきました。

その中で、私たちが蓄積してきた経験は、「だれかの支えになりたい」と思っている方にとって、何らかの有意義な気づきを得るきっかけとなるのではないかと感じるようになりました。

そこで、Sotto 出前研修 [たんぽぽ] を提案することにしました。[たんぽぽ] という名称は、1つ1つの講演や研修会が、たんぽぽの花となり、受講されたみなさん1人1人がたんぽぽの綿毛として、それぞれの場所で新たな花を咲かせることを願って名付けました。具体的には、対人援助の方法論や経験談などをお話する〈講演型〉と、Sotto の研修カリキュラムを応用して依頼団体の目的と目標に添った研修内容を新たに作る〈オーダーメイド型〉の2種類の研修を提供することになりました。

また、研修当日のみではなく、「研修の目的や目標のすり合わせ（事前準備）」や「研修実施後のアンケート結果から目標達成の点検・課題の抽出（事後の振り返り）」にも関わることで、研修の方向性の提案・具体的な活動の支援など、継続的な関係を構築できることを目指します。

出前研修 [たんぽぽ] を通して、より多くの方に対人支援の具体的な方法論を知っていただくことにより、自死の苦悩を抱えた方と適切に関わる〈ひと〉が増え、一人でも多くの自死の苦悩を抱えた方の苦悩が和らぐことにつながるのではないかと期待しています。そして、自死の苦悩はもちろん、どのような苦悩を抱えていたとしても、誰もが安心して歩むことのできる社会の実現に貢献していければと思っています。

ご質問やご相談などは事務局まで電話 (075-365-1600) やメールでお問い合わせください。

(居場所づくり委員長 霍野廣由)

委員会活動紹介⑤広報活動委員会

広報ってどんな活動？

活動に対する思いや、具体的な活動を中西正導委員長に聞きました。

Q 具体的にどんな活動をしていますか？

日本の社会においては、残念ながら今なお、自死に関する無理解・無関心が死にたい気持ちを持った方や、大切な人を自死で亡くした方を苦しめています。

広報活動委員会では、自死についての正確な情報を提供することで、社会の偏見を少しでも減らすための活動をしています。また、一人でも多くの苦しみを抱えた方に Sotto の存在を知っていただき、Sotto が苦しみを抱えておられる方の元へとつながることで、苦しみを分かち合う入口になればという思いで活動しています。

具体的な活動としては、街頭募金活動と広報活動を行っています。

街頭募金活動では「誰にもわかってもらえず、ひとりきりで死にたい気持ちを抱えている人がいます。死にたいほどの気持ちは、身近な家族や友人ほど、打ち明けにくいものです。」と呼びかけ、身近な人に伝えられない気持ちを受けとることのできる相談機関の存在意義を伝えています。

広報活動では、心療内科や精神科などの病院や行政などへ相談センターのリーフレットや相談カードをなど配架する広報活動を中心に行なっています。京都という街は、大学も多く、学生が溢れ、昔から「学生の街」と言われていますが、同時に学生（若者）の自死者も非常に多いという現実があります。そこで、近年は、京都市内にある大学や専門学校にも広報活動の範囲を広げています。

Q やりがいを感じることは？

街頭募金活動では、呼びかけにじっと耳を傾けてくださる方、募金をしてくださる方、「ごろうさま」と温かいお声をかけてくださる方もおられ、その気持ちにとっても励まされています。

また、「悩んでいる同級生に渡したい」と相談カードを持って帰ってくださる方や、実際にその場で相談に来られる方もおられます。様々な人たちに出会う中で、多くの方が抱えておられる苦悩を身近に感じ、そこに、やりがいを感じます。

Q 難しさを感じることは？

街頭に立つと、社会の無理解を肌で感じます。直接言葉で批判を受ける場合もあります。正直に言うと、やはり落ち込み、悩んでしまうこともあります。しかし、そのことで、かえってこの活動の意義をあらためて感じることができます。

Q 今後の展望

広報活動委員会では、月に一度、発信活動委員会と合同で運営会議をしています。現在は12月に実施予定の若年層対象のシンポジウムの概要や広報計画などを打ち合わせております。そこでは、アットホームな雰囲気の中、それぞれの想いや考えを言い合い、「どうすれば一人でも多くの方に情報を伝えることができるのだろうか」と意見交換を積極的に行っています。広報活動委員には、幅広い年齢層で、主婦の方から社会人や僧侶の方、学生の方まで所属しており、それぞれの見地や立場を通して、いろいろな意見やアイデアを出し合っています。年齢も職業も多様ですが、同じ目的に向かって、自死についての正確な知識と情報を社会に広め、少しでも理解者を増やしたいという思いを持ち、それぞれの委員が同じ理念を共有しているのだと、会議ごとに知らされます。

こうした広報活動によって、ひとりでも多くの人に、自死にまつわる正しい知識をひろめることで、私たちの目指す「ひとりぼっちにならない社会」、「安心して悩める社会」の実現に一步ずつ歩んでいきたいと考えています。

今月のことば

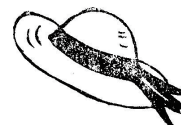
透明なストローを通して美術室に響く "スー、スー" という私の呼吸音。

語りかけても返事がないのなら こうして息で呼びかけてみよう。

(文月悠光『適切な世界の適切ならざる私』思潮社)

活動報告

- 6月期電話相談件数…133件（無言15件、よりそいホットライン担当47件を含む）
 - 電話相談委員会 … グループ研修 6月18日（木）6名
 - 6月期メール相談件数…受信件数108件送信件数79件
 - メール相談委員会 … グループ研修 6月23日（火）4名
 - 研修委員会 … ボランティア養成講座 6月1, 8, 15, 22, 29日（毎週月曜日）
 - グリーフサポート委員会 … 委員会会議 6月11日（木）8名
 - 広報発信委員会 … 委員会会議 6月11日（木）7名
 - 居場所づくり委員会 … 委員会会議 6月25日（火）5名
- おでんの会 “研究の場” 6名（参加者12名）



寄付ご協力一覧（敬称略・順不同） 2015年6月1日～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	瀬戸恭子	永江武雄
株式会社エクザム	成川和行	金子千雅子
葛野洋明	下関市・善照寺	弁護士法人ライフパートナー法律事務所
安部智海	木村吉子	曜日慧誠
木下祥悟	上山大峻	柳井市・誓光寺（村上智真）
廣幡彩	永江竜心	楠木理奈
長崎県松浦郡・得雄寺	芝原弘記	環境メディアフォーラム
田嶋弘典	鈴木八代子	伊佐市・覺誓寺
西義人	谷口政昭	匿名希望3名
西正寺	福井市・正善寺	
豊橋市・勸正寺	佐原多賀子	

Sotto コメント

今日、三日月をみました。夕焼けに、凜と浮かぶ様は、絵に描いたような光景で、生まれて始めて月をみたような気分になりました。(N.Y.)

発行 2015年7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