

## 2015 年度共催シンポジウム

### 「女性ならではの生きづらさを考える」

本年度も京都府、市、こころのカフェきょうととの共催でシンポジウムを開催します。今年のテーマは「女性ならではの生きづらさを考える」です。平成 27 年度自殺対策白書によると、日本の女性の自殺率は諸外国の中で 3 番目に高く、その背景にはどのような生きづらさが存在するのか、考えることが今回のシンポジウムの狙いです。

今回のテーマは知っているようで知らない、そんな印象を受けるテーマです。Sotto メール相談でも女性の相談の方が男性よりも多いですが、それが何故なのかは今まで十分に考えたことはありませんでした。分からないまま置いておくのではなく、まずは実情を知るところから始め、普段の活動の中でも考えていく、そんな機会になればと願っています。

登壇されるパネリストの先生方は、活動する分野こそ異なりますが女性ならではの生きづらさに向き合ってこられた方々です。それぞれの現場ではどのような実情があるのを知り、その上で女性特有の生きづらさとは何なのか、私たちはどのように関わりを持てるのか深く考える、そんなシンポジウムになることを期待しています。

(メール相談委員長 長嶋蓮慧)

#### 共催シンポジウム「京都で女性ならではの生きづらさを考える」

日時：平成 27 年 9 月 20 日 (日) 13:00 ~ 16:30 (開場 12:30)

開場：京都市男女共同参画センターウィングス京都 2F イベントホール

基調講演 信田さよ子氏 (原宿カウンセリングセンター所長)

コーディネーター 本橋豊氏 (京都府保健医療対策監)

パネリスト 杉田尚子氏 (京都大学医学部付属病院精神科神経科助教)

高橋尚子氏 (京都自立就労サポートセンター チーフパーソナルサポーター)

田村秀子氏 (京都府産婦人科 会長)

石倉紘子氏 (こころのカフェ きょうと 代表)

# 相手を思いやる想像力が不可欠。

第7期ボランティア養成講座の前期日程が終了しました。5月から7月の講座は、「自死の苦悩を抱えたときの心の居場所になる」という、Sottoの理念や活動姿勢を体得していただくための全ボランティア共通の講座です。この期間の学習目標は1つです。それは、死にたいほどの悩みを抱えている方の気持ちを感じるということです。より具体的に表現するならば、対面している相手の、その瞬間の気持ちの変化を感じ取ることもと言えます。そのためには、自分の感情と向きあうことも大切ですが、何より、相手を思いやる想像力が不可欠です。

ありがた迷惑や余計なお世話という言葉があるように、落ち込んでいたり、悩みを抱えている方を目の前にしたときに、よかれと思って取る行動や言葉がけが、逆に相手を不快にさせてしまったり、追い詰めてしまうようなことがあります。相手のためのようで、自分本位の行動になっていないかということを振り返ることが大切なのです。

Sottoの講座では、体験学習を繰り返すことによって、「本当に相手のことを想う」ということを突き詰めて考える機会を提供します。スタッフが受講者に教え込むのではなく、主体的な気づきを大切に、時間をかけてゆっくり納得していただくことを心がけています。参加者の感想コメントを読むと、全10回の前期講座において、それぞれに感動があったことが伝わってきます。

8月以降の後期日程では、対人支援や後方支援、参加する活動にあわせて仮認定ボランティアとして実地研修に入っていただきます。新しいメンバーを迎え、より居心地の良い、充実した活動を展開していければとスタッフ一同気持ちを新たにしています。

みなさま今後とも応援のほどよろしくお願いいたします。

（事務局長 金子宗孝）

### 【受講者の感想コメント】

- ・初めてのロールプレイで驚きが多く、自分の考えが凝り固まっていたことを実感した。
- ・大事なのは言葉よりも気持ちのやりとり。
- ・同じ目的をもって仲間と取り組む感覚が不思議と楽しかった。
- ・年齢、立場、関係無くいろんな人と関われるのが新鮮でよかった。
- ・人とのつながりとか、あたたかさとか、いろいろな気づきがあった。

## 東北の地で根付く Sotto の思い

2011年から始まった「仮設住宅居室訪問活動」は浄土真宗本願寺派（西本願寺）東北教区災害ボランティアセンターの活動です。Sotto は、西本願寺からの委託を受けて、現地でのボランティア養成講座を開催するなど、この活動に協力してきました。私は、Sotto のボランティアスタッフでもあり、西本願寺の僧侶であるという立場から、Sotto の紙面で活動現場のレポートしています。

「仮設住宅居室訪問活動」では、養成講座を受けたボランティアの方々が苦悩を抱えた方のお気持ちを丁寧に受け取り、Sotto と同じく「ひとりぼっちにたくない」という思いで活動しています。

活動現場の実際や、聞かせていただいた声は、これまでも「被災地ノート」でお伝えしてきたとおりです。

こうした活動を東北の地で行うことは、現地で活動し続けられる地域の方がボランティアになっていただかなければ継続できません。そのためボランティア養成講座を被災地で開催することで、現地で活動できる相談員を募ってきました。これまでに仙台と陸前高田で14回の養成講座を開催し、多くの方が受講して下さいました。そのなかでも「ひとりぼっちにたくない」という思いに賛同する現地のボランティアの方々が、「仮設住宅居室訪問活動」を引き続き支えています。

今まで Sotto に委託されてきたこの養成講座の開講も、今年度からは現地の相談員を中心に開かれる予定です。これまでの活動をとおして、いよいよ「仮設住宅居室訪問活動」が自立した運営・活動が行われる時期に差し掛かっています。

今後、Sotto は事業としては被災地から離れていくことになりますが、気持ちが被災地から離れることはありません。そんな中、苦悩を抱えた方のお気持ちを、「ひとりぼっちにたくない」という思いをもって活動している方々が、東北にもいるということが、大きな励みになっています。

(ボランティア2期生 A.C.)

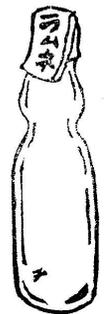
## 今月のことば

我が生涯はあはれなるぞ、我れは世界の頁の上の一つの誤植なりき。  
我れはいかに空しく世界の著者に その正誤をば求めけん。

(生田春月「誤植」)

## 活動報告

- 7月期電話相談件数…159件(無言29件、よりそいホットライン担当45件を含む)
  - 7月期メール相談件数…受信件数77件送信件数61件
  - メール相談委員会…グループ研修7月8日(水)5名、7月17日(金)4名
  - 研修委員会…ボランティア養成講座7月6、13日(月)
  - グリーフサポート委員会…委員会会議7月9日(木)6名
  - 広報発信委員会…委員会会議7月14日(火)5名
  - 居場所づくり委員会…委員会会議7月29日(水)2名
- おでんの会“食事の場”7月1日(水)8名(参加者12名)



## 寄付ご協力一覧 (敬称略・順不同) 2015年7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	豊中市・専敬寺(島本泰雄)	藤森観海
株式会社エクザム	武蔵野市・源正寺(上杉泰顕)	林友佳子
葛野洋明	下松市・浄蓮寺(末武一行)	内田准心
楠木理奈	矢野利生	水野遥香
岐阜市・法久寺(本田龍司)	森直道	鈴木貴能
八代市・大法寺(大松龍昭)	大江眞	坂根泰子
松山市・西福寺	霜尾孝紹	初田拓馬
京都市・雲晴寺	霜尾光江	岡橋如子
呉市・宝徳寺(平原弘史)	笠松弘隆	三上淳教
広島市・万福寺(前寺哲信)	高橋浩文	中川結畿
上越市・正福寺	荻野昭裕	匿名希望3名

#### Sotto コメント

子どもの頃から天気雨が好きでした。天気雨は別名「きつねの嫁入り」といいますが、「天泣(てんきゅう)」ともいうそうです。(N..Y.)

発行 2015年8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](mailto:so-dan@kyoto-jsc.jp)