



ライフ in 灯 2016

京都では過去 10 年間、国が定めた自殺予防週間にあわせて、京都府、京都市、こころのカフェきょうと、Sotto が連携し、シンポジウムを開催してきました。このシンポジウムは京都府民・市民への自死・自殺にまつわる情報の啓発を目的としており、自死・自殺に関するさまざまな情報を来場された府民・市民にお伝えしてまいりました。しかしながら、シンポジウム形式であると、来場者以外への情報周知には限界があるのではないか、という課題もありました。

今年度はそのような課題を受け、より府民・市民に情報が周知できるよう、これまでのシンポジウム形式ではない新たな形で開催することになりました。それがライフ in 灯 2016 です。この催しでは自殺予防週間に先駆け、京都市役所前の公園をキャンドルで照らすことで、京都市民・府民の皆様へ自死・自殺にまつわる情報を知っていただくきっかけになればと、開催します。

当日はキャンドルを約 500 個照らします。来場された方に自殺予防週間の一環であることを知っていただけるよう、メッセージを書いた紙をキャンドルの周りに飾ったり、来場された方にもメッセージを書いて頂いたりします。また、京のいのちささえ隊が実施する街頭啓発活動も同日開催し、京都で展開されている様々な活動の情報についても知っていただくことができます。

このような啓発活動に参加することで、自死・自殺の情報に全く触れたことのない方に少しでも興味、関心の第一歩を踏んでもらえやすいですし、また、Sotto という団体が京都にあるという事を、少しでも広く京都におられる方に知って頂くことができます。その結果、今まさに死にたい思いを抱えて苦しんでおられる一人でも多くの方に、Sotto という窓口を利用していただけることに繋がれば、とてもうれしく思います。

(メール相談委員長 長嶋蓮慧)

活動報告を充実させるために

Sotto は、2010 年、たくさんの方々からのご支援により、関西に住む 10 人のメンバーが中心となって開設いたしました。この 5 年間で延べ 9,000 名以上の、死にたい気持ちを抱えた方々と関わりを持ってきました。年間 2,000 件を超えるようになった [電話相談] を中心にして、全国的にみても今までになかった [メール相談] と [居場所づくり「おでんの会」] などの活動でも、このような活動が必要とされていることを日々実感しています。

今年で 6 年目を迎えた Sotto の活動内容は、開設時と比べ、ずいぶん充実してきました。活動は多岐に展開する一方で、活動資金は減少傾向にあります。特に活動資金の中心である寄付金や会費による収入の減少が大きく影響しています。様々な原因が考えられますが、その一つとして、ご支援くださっている方々への活動報告や事業展開の案内を十分に届けることが出来ていないのではないか、ということ懸念しています。

現状は、月に一度の会報誌と、年に一度の事業報告書でのご案内になっていますが、より視覚的にも見やすく、かつ定期的に情報を発信するために、ホームページのリニューアルを検討しています。しかしながら、現在の予算では、すぐにリニューアルに取りかかるほど収入に蓄えがありません。まずは、設立から徐々に精査されてきた理念や活動紹介など、すぐにできる箇所から、ホームページのブラッシュアップに着手する予定です。

自死・自殺にまつわる苦悩を抱える方の、その苦悩を少しでも和らげることができるように、持続可能な団体となるべく、先を見据えながら、活動を続けていきます。

(副代表 霍野廣由)

ボランティア養成講座修了

梅雨が明けてから、いよいよ京都は本格的な暑さを迎えています。さて、4月18日から始まったボランティア養成講座も6月27日で全10回の講座を終え、7月4日、第8期ボランティア養成講座修了者の認定式を行いました。

今年度の受講生は例年よりも若干多めの16名。受講生の年齢や職業はさまざまです。学生、僧侶、坊主、会社員等の受講生が京都府内外から当センターに集まり、3ヶ月をかけてSottoの趣旨を共有するための養成講座に参加しました。

講座の内容は自死や自殺について座学で基礎的な学びを習得したり、多様なグループワークを通して仲間同士で自主的に気づきを確認し合います。特に、ロールプレイでは模擬の電話相談を行い、体験的にsottoの活動姿勢を学びます。

Sottoにとってロールプレイは研修の大部分を占める大切なワークです。ロールプレイは理屈の理解ではなく、気持ちや感性の体験なので精神的に決して容易なものではありません。

それ故、ロールプレイでこころの「ふれあい」や「ぬくもり」を、少しでも体感することができたときは研修の疲れもどこかへ吹き飛んでいってしまいます。

ちなみに今回の受講生のうち9名が電話相談ボランティア研修生として、これから約半年間、引き続き後期研修の実習を重ねていきます。そして、来年の今頃もまた、こうして新たな仲間の参加を報告できるよう私たちはこれからも弛みなく、着実に、Sottoの歩みを進めていきたいと思っています。

(研修委員長 廣谷ゆみ子)

今月のことば

越す事のならぬ世が住みにくければ、住みにくい所をどれほどか、寛容で、
束の間の命を、束の間でも住みよくせねばならぬ。

(夏目漱石『草枕』)

活動報告

- 7月期電話相談件数…217件（無言47件、よりそいホットライン担当61件を含む）
- 電話相談委員会 … グループ研修7月21日 9名
- 7月期メール相談件数…受信件数124件 送信件数103件
- メール相談委員会 … 委員会7月20日 8名
グループ研修7月25日 4名、26日 4名、29日 3名
- 居場所づくり委員会 … 委員会会議7月26日 7名
おでんの会“研究の場” 9名（参加者16名）
- 広報・発信委員会 … 委員会会議7月28日 3名

寄付ご協力一覧（敬称略・順不同） 2016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	大塚泰雄	佐喜正広
株式会社エクザム	長嶋蓮慧	姫路市・善正寺
葛野洋明	山本浩信	前田富子
曾我章子	上月泰龍	霍野廣由
西光義秀	楠木理奈	永江武雄
奥村知香	宇野正憲	吉田明
中田三恵	山田宏晃	武蔵野市・源正寺
荻野昭裕	前田富子	匿名希望 2名

Sothe コメント
ビールが美味しい今日この頃、つい飲み過ぎてしまいます。
(N.Y.)

発行 2016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