Sotto

[京都自死･自殺相談センター]

［そっと Vol.72　4月号]

福知山での研修「たんぽぽ」

福知山市からの依頼を受け、3 月 3 日にハピネスふくちやまにて、竹本代表が「自死について考える～どうすれば死にたい気持ちが和らぐのか」をテーマに Sotto での活動で培った経験や気付き、大切にしている事を語りました。

自殺対策に関する相談・支援に携わる関係機関の職員や、福祉関係に携わる支援者のほか、幅広く福祉や保健活動に従事されている方を含め 40 名以上もの参加があり、自死の苦悩を抱える方からの深刻な訴えにどのように対応すればよいのか考える機会となりました。

資料によると、福知山市では毎年 20 人ほどの方が自ら命を絶ち、自殺率は全国平均と比べると 5 %ほど高い水準で推移しています。自死の苦悩を減らす取り組みを継続していくためには、関わる職員や支援者が居心地よく活動を続けていけているのかという支援者側の意識が重要です。このことが、ひるがえって自死の苦悩を抱える相談者にとって安心できる場所を作ることにつながると考えられます。

質疑応答では、『自分の関わり方が正しかったのか、もっと相応しい関わり方ができたのではないか』など、それぞれの現場における課題について発言がなされ、意識の共有を図ることができました。真剣に取り組んでいるからこそ生じ得るこの悩みを、この場の全員が本気で考えていることを実感しました。普段あまり一緒に活動する機会のない行政機関の方の真剣な思いを感じとても嬉しく思いました。

（事務局長　吉田典生）

広報・発信委員会報告

連続研修会を開催

昨年 12 月から今年 2 月まで全 3 回、相談センターの広報活動と発信活動について考える連続研修会を行ないました。講師には、まちとしごと総合研究所で代表の東信史さんにお越しいただきました。

広報活動において、大切にすることは「誰に」、「誰が」、「何を」、「どんな方法で」、「どこに」活動していくかです。そのことを前提として、「良い広報活動って何だろう？」とワークショップや話し合いなどを通して、参加者のみんなで一緒に考えさせて頂きました。デザインや気持ちの面でみれば、センスがあったり、わかりやすさを求めたり、おしゃれであったり、押し付けがましさがなかったりなど様々で、それに対してアクション面を考えた時、それによって見る気がおこったり、参加者が増えたり、言葉が伝わったり、感動があったりなどという気持ちが湧いてきます。その媒体として、広報に何が適しているのかを考えた時、絵や写真や言葉、また、動画や音楽が存在していることにも気付かされます。東さんの進めてくださるワークショップなどを通して、広報活動について根底からしっかりと考えることができました。

中でも、相談センターを 10 人で設立し、年を重ねていけば、ボランティアの数も増えて、一緒に活動する仲間が増えていきます。仲間が増えて活動としては心強い一方で、設立した時に掲げていた、大切としていた広報活動・発信活動の理念から少しズレが生じたり、見失ったりすることも、活動している中で出てきます。そんな私たちに、「広報活動の原点とは一体何だったのか？」という観点を再確認させて頂きました。この「原点に還る」「足下を見つめ直す」ということに関しては、どんな世界でも当たり前のようではありますが、私たちは年月を重ねれば忘れがちになるものです。広報活動・発信活動委員だけでなく、そんな相談センターの活動に携わる私たちの全てに、「原点の大切さ」を実感させて頂いた有り難い研修会となりました。この連続研修会で東さんのお力を借り、これからも少しでも相談センターの活動が幅広く社会に伝わっていける広報活動・発信活動を行なっていきたいと強く感じました。

（広報活動委員長　中西正導）

参加者の感想

「先日、広報研修会が行われ、Sotto の広報活動に微力ながら携わっている身として、私も参加させていただきました。研修は限られた時間ではありましたが、講師の方に様々なことを教えていただき、有意義な時間を持つことができたと思います。例えば、情報を「誰に」、「誰が」、「何を」、「どんな方法で」伝えるのかといった広報活動を考えるうえで基本となってくる四つの視点のお話しや、今後ますます重要になってくる SNS を用いた広報にはどのようなことが重要になってくるのか…などなど。

しかし一連の研修で私が一番印象に残ったことは、講師の先生の「あなたたちは何のために広報活動をしていますか？」という問いかけでした。何のために広報をしているのか？その問いに対して、「それはもちろんよりたくさんの人に活動のことを知ってもらって…」、と答えようとしましたが、数字を出すのが目的なのか？広報とは、知ってもらうということはそもそも何のためなのか？という問いが次から次へと出て来て考え込んでしまいました。この問いかけによって、普段広報活動に従事していながら、広報の目的についてじっくりと考える機会が少ないことに気づかされたのです。

広報とは何なのか。それは団体と関係する人々と継続的に信頼関係を築いていくこと、それが根底にあるのではないか、と講師の先生は提案されました。Sotto も多くの様々な人々との関わりの上に成り立っています。電話をくださる方、おでんの会、語りあう会に参加される方、様々な形で力を貸してくださっている方々。それら Sotto と関わる方々とのつながりを大事に作っていくことが広報の目的なのではないかと、今回の研修を通して考えることができるようになりました。

活動について真剣に取り組もうとするほど、数字を出さなければいけない、目に見える結果を残さなければいけないと焦ってしまい、分かりやすい知識や技術を求めてしまいがちです。しかし、私たちは何のために広報をするのか、という根っこの部分がしっかりしていてこそ、そうした知識や技術といったものが初めて生きてくるということを教えていただきました。今回の研修では広報のテクニックだけでなく、活動のあり方について、立ち止まり改めて考えるよい機会を提供していただけたのではないかと思います。（A.Y）」

今月のことば

さまざまのこと思ひ出す桜哉

（松尾芭蕉」

活動報告

- ３月期電話相談件数…200 件（無言 44 件、よりそいホットライン担当 62 件を含む）
- 電話相談委員会・・・ グループ研修３月 16 日 18 名
- ３月期メール相談件数・・・ 受信件数 149 件　送信件数 117 件
- メール相談委員会・・・ グループ研修３月 21、22 日各３名
  委員会会議３月 22 日６名
- 居場所づくり委員会・・・Sotto おでんの会 ″ 食事の場 ″　３月１日 11 名（参加者 16 名）
  委員会会議３月 30 日９名
- グリーフサポート委員会・・・ 委員会会議３月９日４名
- 研修委員会・・・ 委員会会議３月 13 日

寄付ご協力一覧（敬称略・順不同）　2017 年３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
京都市・一念寺
金子宗孝
荻野昭裕
土井田利律子
西原華林
野呂淑子
仏教婦人会総連盟
ゼンキヨウジトコロキヨノブ
淡路市・宣勝寺
永江武雄
吉田郁子
島田芳江
岡橋如子
吉田典生
匿名希望　２名

Sotto コメント
一雨ごとに若葉がのびていることに気づきました。雨降りが楽しみになってきました。(N.Y.)

発行　2017 年４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