



ひろしま Sotto フォーラムを 開催しました

2月19日に広島市総合福祉センターのホールで、ひろしま Sotto フォーラムを開催しました。通例、Sotto のシンポジウムは基調講演などがなく、登壇者による討議が中心ですが、今回はいろんなご縁もあって、一般にも著名なノンフィクション作家である柳田邦男さんが、ご登壇くださることになったので、柳田さんの講演をメインとして、その前座的な位置づけで、Sotto の活動を紹介するというかたちになりました。

第一部では、ひろしま Sotto の開設シンポジウムでもコーディネーターをさせていただいた赤木悠起さんの進行により、Sotto 電話相談委員長の金子宗孝さんとひろしま Sotto 代表の私（武田慶之）が、Sotto の設立経緯、理念、思いなどを話しました。会場には約170名の来場者があり、「ほとんどの人が柳田さん目当てなのだろうな」と思いつつ（笑）、Sotto の基本的スタンスを伝えようと「死にたいという思いを変えようとするのではなく、その思いをそのままに聞くだけ」といった趣旨のことを話していると、頷きながら聞いてくださる方もけっこうおられて、理解者がいることの安心感を得られました。そのように理解しようとしてくれる存在があることは大きいと思います。

ひろしま Sotto が月に一度開催している「あったかかふえの集い」では、最初はまったく笑顔のなかった方が、だんだんと笑顔が増えてくることがあります。それは決してスタッフが変えようとしたのではなくて、「場の力」によって少しずつ変わってきているのだと思います。フォーラムのアンケートには「Sotto の存在を知ることができてよかった」という感想もいくつかありました。

第二部の柳田さんの講演では、冒頭、「第一部では『死にたい気持ちに本気で向きあう』というテーマで話があったようですが、『死にたい』という思いをもって生きている人は真剣に生きている証拠だ」とはじまり、Sotto の活動に理解を示しながらのお話でした。そして『生きる』ということは『生きなおしつづけること』という言葉も印象的でした。私自身の生きるヒントとなりましたが、Sotto としては『生きなおせない』という気持ちでいる人の支えになれば…」と思いながら聞かせていただきました。最後に「寄付をすると長生きできるというデータもありますよ」とユーモアを交えてお話しくださり、当日の寄付が35,622円、後日の郵便振替が28,630円もありました。ありがとうございました。

ひろしま Sotto 代表 武田慶之

Life Walk (ライフウォーク) 2019 ～いのちを想う 宗教者の行進～」に宗教者として参加して

先日、3月1日に、宗教者の自死・自殺にまつわる社会的な取り組みを積極的に発信する活動である、「Life Walk (ライフウォーク) 2019 ～いのちを想う宗教者の行進～」に宗教者として参加、また、その前に行なわれたトークセッションに、NPO 法人京都自死・自殺相談センターを代表して、登壇してまいりました。

京都府は、一人ひとりが、長年に渡って大きな社会問題ともなっている「自死・自殺」の問題に関心を向けて欲しいという想いから（自殺対策の一環として）、「府民一人ひとりが自死・自殺の問題について我が事として関心をもってもらう」ことを目的とし、2016年度より、3月1日を「京都いのちの日」として制定されました。

宗教者も府民の一員として大きく声をあげられたらと考え、同年より、「京都いのちの日」に合わせて、自死・自殺の問題に対して積極的に関心をもち、苦悩を抱える方に寄り添う気持ちを育むことを目的とした「いのちを想う」宗教者の行進、「Life Walk (ライフウォーク)」が開催されました。

海外では、現代社会の諸問題に対し、啓発活動や発信活動の一環で、プラカードを掲げた、正装にて、道を練り歩いて行進をしたりすることは、一般的だそうです。アメリカでも、近年、「HIV/AIDS」の問題や「性差別」などの問題の啓発活動の一環で開催されました。有名なものでは、人種差別撤廃をアピールするワシントン大行進（アメリカ）などが挙げられるでしょう。

今年開催された「Life Walk」も、宗教・宗派を超えた宗教者が、それぞれの信仰に基づく服装（衣体や祭服）を着用し、メッセージを掲げながら、京都市内の天性寺から長楽寺までの距離を行進するという発信・啓発活動でもありました。初年度は雪、一昨年は雨、昨年は曇という天候の中これまで開催してこられ、今年も開催前日には大雨でしたが、参加者の思いが伝わったかのように、当日は晴天に恵まれました。

私自身は、初めて参加させていただいたのですが、トークディスカッションでは、相談センターを代表して、「自死・自殺」にまつわる苦悩を抱えた方に、相談活動を通してどのように関わっているのか、また「気持ちを聴く」ということの重要性についてお話をさせていただきました。また、宗教者として、自死者の通夜・葬儀での向き合い方や、「自死」で大切な人をなくされた御遺族の実際のお気持ちについてなど経験に基づいてもお話させていただきました。同じく参加されていた宗教者の方にも興味深く聞いて頂き、また、終わってから自死者の通夜・葬儀の向き合い方について個人的に質問してこられる方もおられました。京都市内の繁華街や観光名所付近を行進中も、外国人を含めた多くの方にメッセージなどに注視して頂くことができました。今回参加して、何よりも感じたことは、ボランティアの大切さです。今回、京都市内を練り歩く中で、何の問題も事故も起きなかったのは、そこに参加して頂いていたボランティアの方々あってのことだったと痛感したからです。ボランティアの方々の配慮や思いがあって、こうした発信活動・啓発活動が成り立っているということでした。近年、どこのNPO法人でも、ボランティアの減少が叫ばれています。それは、相談センターでも、他人事ではありません。だからこそ、今、そしてこれからも、意識と意思をもったボランティアの皆様と意思を一つに団結して、協力しあい、また、新たにボランティア活動したいと思ってもらえるような魅力と意義のある団体として形成していきつつ、「自死・自殺」の問題に向き合い、取り組んでいきたいと、今回の「Life Walk」への参加を通して、改めてそう思わせて頂きました。

理事・広報活動委員長 中西 正導

「若者のこころに寄り添う支援者への研修」

2月1日(金)、京都市こころの健康増進センターが主催する支援者向けの研修会に参加してきました。講師は臨床心理学が専門の大学教授、柴田長生さん。支援のめあてになる対象者は若者です。学生の実態を熟知しているからこそその分析力や緻密な理論の展開に圧倒された講演でした。

柴田さんは時代が生み出した SNS の世界がいかに若者の生活を侵食し、若者たちのメンタルに大きな影響を与えているのかをさまざまな視点から詳説されました。その上でデメリットばかりではなく多大なメリットがある（厄介な）SNS と上手につきあいながら、それに踊らされないためのあり方についてのお話はとても興味深いものでした。

柴田さんの講演の内容をすべて記すことが出来ないのは残念ですが、講演の最後に柴田さんは「自分がどう見られているか」ではなく、「自分がどう見ているのか」が大切であること。現実の自分に OK を出せるか否かが分岐点になると締め括られました。

私は先日 Sotto のシンポジウムで取り上げたテーマ、若者が比較社会の中で生き抜くためのひとつのヒントをこの研修で見つけたような気がしました。

研修委員長 廣谷ゆみ子

Sotto シンポジウム 2018“ 比較社会漂流記～比べられたくないでも、比べないと不安 ” 開催報告

開催日 2019 年 1 月 26 日(土) 時～ 17 時

登壇者 小林エリコ氏、松本俊彦氏、竹本了悟、

コーディネーター 野呂靖

来場者数 約 150 名

(アンケート一部抜粋)

テーマはあるけど、プロセスは未知で即興性があるところが、興味深く楽しかったです。
タブー視されるものがなく、自由に様々なことが語られるところ、リラックス感・あたたかさがあって良かったです。

比較社会、自死について普段なかなか簡単には取り上げられないテーマであり、今日のシンポジウムほど包み隠さず様々な方の声を聞くことが出来るのはとても貴重な機会でした。

多くの方にご来場いただき、本当にありがとうございました。来年度シンポジウムも計画中です。お楽しみに！

今月のことば

無用な厳しさに関わらないためには、どうでもいい常識を無視したり、違うルールで生きていく工夫が必要です。

伊藤洋志『ナリワイをつくる 人生を盗まれない働き方』

活動報告

- 2月電話相談件数…70件（無言 19件）
- 電話相談委員会 … グループ研修 2/20 参加 12名
- 2月期メール相談件数…受信 86件、送信 80件
- 2月メール相談委員会…委員会会議 1/23 参加 4名
- 2月居場所づくり委員会 … 委員会会議 2/20 参加 4名
おでんの会 “研究の場” 2/6 申込 21名（参加 10名）
- グリーフサポート委員会 … 委員会会議 2/14 参加 4名
- 2月研修委員会 … 委員会会議 3/5 参加 4名
- 2月広報発信委員会 … 委員会会議 3/5 参加 7名
- 2月映画委員会 … 委員会会議 2/20 参加 5名
ごろごろシネマ 2/2 申込 10名（参加 7名） 2/22 申込 10名（参加 9名）

寄付ご協力一覧（敬称略・順不同） 2019年2月1日～28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

永江武雄
霍野廣由
関岡美一
広島県・西向寺

長岡誠学
南暎二
北海道・東林寺（山階照雄）

京都市・一念寺
荻野 昭裕
長嶋蓮慧

吉田郁子
福島県・康善寺
大阪府・善宗寺（中垣昌幸）
熊本県・法光寺（沖田芳惇）

匿名 2名（syncable 寄付者含む）

Sotto コメント

4月からは、まったり過ごします。
ナマケモノの本領発揮です。

（A・H）

発行 2019年3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

T E L 075-365-1600

U R L <http://www.kyoto-jsc.jp>

E-mail so-dan@kyoto-jsc.jp



クレジットカードでこちらから
寄付していただけます