

死にたい気持ちを抱えた人の居場所づくり ～「おでんの会」で大切にしていること～



Youtube 公開のお知らせ

おでんの会は「死にたい気持ちを持っていること」が参加条件のちょっと変わった会です。全国的にみても同様の趣旨の居場所はほとんどなくユニークな活動だといえるかと思います。「自分も参加したい」と遠方から来られる方や、「他府県で同様の会の実施はありますか」と問い合わせもいただく状況となっています。おでんの会と似たような事業を開催したいということで視察も何度か程度受け入れており、居場所づくり事業の各地での展開や広がりが生まれています。このたびは、おでんの会の雰囲気が少しでも伝わるよう動画を作成いたしました。

作成は京都にある合同会社グラフィアス様、ナレーターはかわたそのこ様が引き受けてくださいました。

約6分ほどの動画ですので、死にたい気持ちを持った方の居場所「おでんの会」ぜひ一度ご覧いただければと思います。



YouTube



NHK ラジオ「ふんわり」(2/16) 出演のお知らせ

「パーソナリティーの温かいトークがリスナーの生活をふんわりと包み込むような番組」としておなじみのNHK ラジオ「ふんわり」。2月16日(金)9時台、10時台の回でSotto 相談員の2名が出演します。Sotto が大切にしている想いをお話できればと思います。アーカイブもしばらく残りますので、お楽しみに！



番組サイト

養成講座 前期研修を終えて ～研修生の声～

前期課程の参加者 10 名中、7 名の方が後期課程に進まれました。研修生のアンケートから、前期日程を修了しての思いを一部抜粋してご紹介します。

研修生の声

□ ロールプレイを行うにあたり最初こそ戸惑いましたが、何度か行ううちに抵抗感が少なくなっていきました。もちろん満足のいくやりとりをすることはできませんでしたが、死にたい気持ちを扱う難しさを実感しながら自分なりに改善策を考え回数を重ねていくのが楽しく感じられました。実際の相談者さんとの対話するのにはまだ不安がありますが、経験を重ね Sotto の活動に貢献していきたいです。

世の中にはいろんな研修がありますが、Sotto の研修はひととき新鮮で学びの多いものでした。相手の感情に寄り添おうとすることや、感情の細やかな部分に目を向けてその輪郭を明らかにしていくことの難しさ、奥深さを知りました。建前が通用しないやりとり。そこに、とても惹かれました。これという方法論や正解があるわけではなく、ロールプレイを重ねることで体得していくしかないのです。自分にこんな大それたことができるのか？と不安になることもありました。でも、真摯に経験を重ねることで誰でも出来るようになるという励ましの言葉をチカラに、最後まで続けることができました。私には、この研修が合っていたのだと思います。





【書籍紹介】

『居場所のなさを旅しよう』

磯前順一著（世界思想社）

とにかくどこにも居場所がなかった。学校では一人も友達がおらず、休み時間は廊下の隅の小さな窓から校庭を眺めてやりすごした。居場所であるはずの自宅では勉強と習いごとが待っていた。問題集を解かなければ、練習をしなければ夕ご飯を食べさせてもらえなかった。それなりに楽しそうな顔をしていたのは恥ずかしかったからだ。あまりに哀れで、つらく、孤独だったが、しかしそうは

思われたくなかった。小さな自尊心を保つために精一杯元気なふりをしていたのだった。

そうしたとき、唯一の慰めは本を読むことだった。当時流行っていたテレビゲームや漫画は全て禁止だった（クラスメイトと共通の話題をつくることすら許されなかったのである）。そこで買い与えられた「ことわざ辞典」と、両親の本棚からこっそり拝借した大人向けのミステリー小説が愛読書だった。小説ではどんなひどい事件も必ず解決される。刑事や探偵が救出にきてくれる。しかし、私のもとには残念ながら誰も来なかった。

磯前順一さんの新刊『居場所のなさを旅しよう』は、文字通り「居場所のなさ」こそが新たな出会いを生んでいくというきわめて重要なメッセージをもったエッセイ集である。著者の子ども時代が書かれた本書の「はじめに」を読んで、私は泣いてしまった。同じ体験を共有する仲間に出会えたような気がしたからだ。著者もまた子ども時代に居場所のなさを感じていた。そして、それ故に仲間と出会っていけることが、著者の印象的な経験と先人たちの「ことば」によって綴られている。本書にもっと早く出会っていたら、私にもまた別の人生があったかもしれないと感じる書である。

そう、人が支え支えられる場所は、あなたがつくることができる。あらかじめ決められている世界なんか存在しない。日本人らしいとか、女らしいとか、男らしいとか、そんな決まりは存在しない。自分が感じて、考えて、決めていく。そのためには、与えられた場所から出なければならぬ。それに必要なのは勇気、孤独であることを恐れない気持ちです。（p.177）

学校や職場、家庭、そのどこにいても「しっくりこない」。みんなが楽しいと思うことを楽しめない。常に居心地が悪い。そんな私はずっとどこかに居場所があるはずとそれを探し求めてきた。しかしそんな場所はどこにもないことに、今ようやく気づきつつある。

でもそれは決して悲しいことではない。居場所がなかったとしても、しかしだからこそ人はこの世界の全ての場所を居場所にしてゆくことができる。本書のメッセージは、「しっくりこない」人生だと感じている全ての人に、今、新たな人生の見方を与えてくれる。

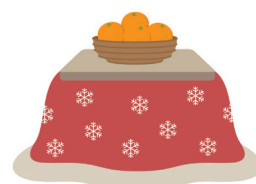
（S.N）

中心がなければ、
すべての場所が「片隅」といってもよい。

(青木淳『建築文学傑作選』)

活動報告

- 12月電話相談件数・・・90件（無言 40件）
- 電話相談委員会・・・グループ研修 12/21 参加 6名
- 12月メール相談件数・・・受信 251件
（うち2通アドレス不明で返信できず。それ以外は全て返信。）
- メール相談委員会・・・委員会会議 12/14 参加 4名
- 居場所づくり委員会・・・委員会会議 12/18 参加 9名
おでんの会”からだ・こころリラックスの場” 12/6 申込 12名（参加 10名）
- グリーフサポート委員会・・・委員会会議 12/18 参加 9名
そっとたいむ 12/13 申込 3名（参加 2名）
- 映画委員会・・・委員会会議 12/18 参加 9名
ごろごろシネマ 12/20 申込 8名（参加 7名）
- 研修委員会・・・Sottoの日 12/3 参加 11名
ロール研修 12/28 参加 7名



寄付ご協力一覧

ご協力にこころより感謝いたします

12/1-12/31（受付分）	TERA Energy 株式会社	大阪市・栄照寺	三重郡・光輪寺（横瀬善海）
浄土真宗本願寺派	野村 顕祥	糟屋郡・信行寺	永江 武雄
株式会社エクザム	大田市・安養寺	寄藤 信子	樺戸郡・西光寺
葛野 洋明	原 智精	井上 広志	玉田 義幸
	北浦 思朗	小濱 春子	坂本 亮平
	永江 竜心	八尾市・光専寺（鶯地真）	加藤 博美
瀬戸 貴史	広島市・千暁寺（日下正実）	熊毛郡・正信寺（南昌宏）	solio 67名
堺市・真光寺	山県郡・順正寺	山田 雅昭	ソフトバンクつながる募金 1件
京都市・一念寺	高岡郡・法城寺	帯広市・仏照寺（藤本実円）	匿名 59名（syncable 寄付者含む）
長岡市・雲外寺	能野 めぐみ	長崎市・光源寺	
京都市・西岸寺	豊橋市・勧正寺	和歌山市・教願寺	

Sotto コメント
基本に立ち返ることをいつでも忘れ
ずたいです。

(A・Y)

発行 2024 年 1 月

認定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](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