



## ごろごろシネマの最近

皆さんは、どんな時に映画をご覧になりますか？ここ数年私にとって映画は、見るものではなく聞くものになっています。体調を崩した時に流すのは必ずジブリ作品です。その中でも『思い出のマーニー』は一番の薬で、音楽から登場人物たちの息遣い、スピード感、耳に入る全てが心地よいのです。心地よいというよりは、空気のように身体にずっと流れ込んできて、自分の一部になっている様な感覚と言った方が近いかもしれません。映画は時に私たちを力強く鼓舞してくれたり、感情を爆発させてくれたりしますが、ただ時間が流れていく様な、ある種プラスにもマイナスにもならないと思える静かな映画が心に大きく作用することもあります。

ごろごろシネマでは映画を上映しますが、映画はあくまでひとつのツールという認識を持っています。映画を見て頂くことで元気になってもらおうとか、涙を流してもらおうとかは考えにありません。孤独を感じる時に、同じくつらい思いをしている誰かと空間を共にする。その間に映画という橋があるだけで、それぞれが思い思いに過ぎて頂きたいと私たちは考えています。



かといって、どんな映画でも構わないというわけではありません。見ることで余計にしんどさが増したりしないか、孤独感を強めることには繋がらないか、そういった軸で上映作品を選定しております。何に違和感や引っかかりを感じるか、どんなシーンで思い出したくない記憶が蘇ってくるか、などは人それぞれで挙げていくとキリがないと感じられるかもしれません。しかしそこで思考を停止したくないというのが、私の思いです。できる限りの配慮をさせて頂き、来て下さる方の心の居場所になるよう努力し続けていきたいと思っています。

今回は映画の選定に焦点を当てましたが、参加して下さる方の心が少しでも休まる場になるよう、ほかに改善できる事はないかと毎月模索をしております。それはまたの機会にお話させて頂きましょう。

(映画居場所作り委員長 永翁ふみな)

# 西山高校出講報告

11月17日(金)、京都府が実施している「いのちとところのコミュニケーション事業」により、西山高校にて対面授業を行いました。当日は30名ほどの生徒が参加し、真剣に耳を傾けてくれました。自分も死にたいと思ったことがあるという生徒から、Sottoのような相談場所があると安心して相談できると言ってもらえたことが印象的でした。

死にたいほどしんどくなったときは、Sottoに話そうと思ってもらえるような居場所としてこれからも寄付で支えてくれているみなさまと共に歩みを進めていきたいと思います。



## 感想一部抜粋

**今**日の授業を聞いて心が少し楽になった気がしました。やっぱり一人で悩んでいてもしんどくなるので、助けを求めるのも大切だと思いました。

**今**までしんどい気持ちにあんまりよりそわず、時間がたてば解決すると思って向き合ってたけど一つ一つどんな感情か探し出して向き合うことも大切やなと思いました。実体験などの話も聞いて、しんどいときに寄りそってくれる人の言葉って自分の中でひびくし、そういう人たちは大切にしようと思えたし、しんどい人がいたら自分も寄りそってあげようと思えました。

**死**にたいと思うほどの気持ちがあるとき、その気持ちを否定したりなかったことにするのではなく、受け入れ、誰かに相談したり言葉にすることが大切だと思い、自分も言葉にできるようになっていきたいと思った。

**今**回この話をきいて共感できる部分や、私と違う思いで悩んでいる人もいることが知れた。相談できる場があるのは知っていたけど顔も知らないし、ちょっと勇気いるなと思っていただけで温かい人だったので機会があれば相談したい。なかなか一人では聞きにくい貴重な話を聞けて良かったです。

(広報ファンド担当 中川結幾)

# 出講報告

## ～「尊厳」について対話する～



12/9、茨城の福祉で世界を元気にするプロジェクト、略して「いばふく」さんの主催するいばふく万博にゲスト登壇してきました。まず会場がオシャレなラウンジだった事に驚かされ、さらにスタッフの楽しみながら運営する雰囲気、始まる前からワクワクが止まりません。

そんな中、対話のテーマは「尊厳」。

なかなか噛みごたえのあるお題です。何となく使ってはいるけど、本当のところよく分からない言葉。今回のイベントを通じて、参加者それぞれの尊厳のイメージを言葉化する機会になりました。

私からは、自死の活動を通じて実感している温もりの感覚を手がかりに尊厳のイメージをお伝えしました。目の前の方を心配する放っておけない様な気持ちで前のめりに関わる時、その方の何ともならない気持ちに自分が揺らされ、相手と自分が共に揺れている感覚。独りではない、少しずつ温められ、ほっとする時間。こうした、存在と存在の間に立ち現れるもの、それが尊厳なのではないかとお話しました。

ここでは書ききれない気づきが沢山ありましたので、詳細は主催者がまとめたいばふく探訪記をぜひご覧下さい。

(代表 竹本了悟)



十の絶望もたった一つの希望で御破算に  
していけるような大らかな心があったなら、  
どんなによかっただろう。

(ヨネヤマ ママコ『砂漠にコスモスは咲かない』)

## 活動報告

- 1月電話相談件数・・・114件（無言 52件）
- 電話相談委員会・・・グループ研修 1/25 参加 10名
- 1月メール相談件数・・・受信 269件（うち1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 1/11 参加 7名
- 居場所づくり委員会・・・委員会会議 1/18 参加 9名  
おでんの会“食事の場” 1/10 申込 10名（参加 10名）
- グリーフサポート委員会・・・委員会会議 1/18 参加 9名  
そっとたいむ 1/17 申込 2名（参加 2名）
- 映画委員会・・・委員会会議 1/18 参加 9名  
ごろごろシネマ 1/24 申込 7名（参加 7名）
- 研修委員会・・・委員会会議 1/18 参加 9名  
ロールプレイ研修 1/7 参加 4名  
ロールプレイ研修 1/28 参加 6名



## 寄付ご協力一覧

ご協力にこころより感謝いたします

|               |               |                        |
|---------------|---------------|------------------------|
| 1/1～1/31（受付分） | 広島市・徳行寺       | solio 67名              |
| 浄土真宗本願寺派      | 寺谷 明美         | ソフトバンクつながる募金 1件        |
| 株式会社エクザム      | 高橋 彰子         | 匿名 59名（syncable 寄付者含む） |
| 葛野 洋明         | 姫路市・西徳寺       |                        |
| 竹本 崇嗣         | 宇部市・宝林寺（市川幸佛） |                        |
| 藤井 正子         | 伊佐市・覺誓寺       |                        |
| 大津市・福賢寺（三上章道） | 京都市・西岸寺       |                        |
| 空知郡・聞信寺（門上誓明） | 永江 武雄         |                        |
| 柏原市・了雲寺（和田幸子） | 富山市・正興寺（原智精）  |                        |
|               | 相楽郡・實相寺       |                        |

Sotto コメント

寒くて朝がちょっと憂鬱です。  
(A・Y)

発行 2024年2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](mailto: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