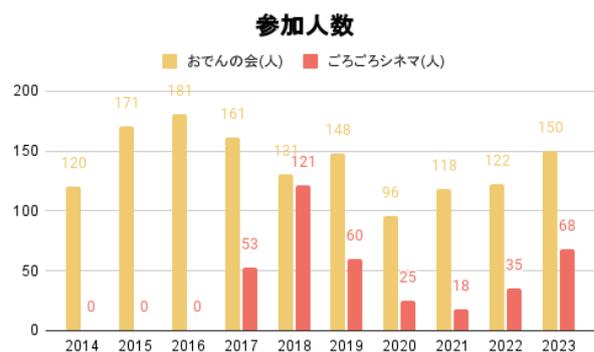
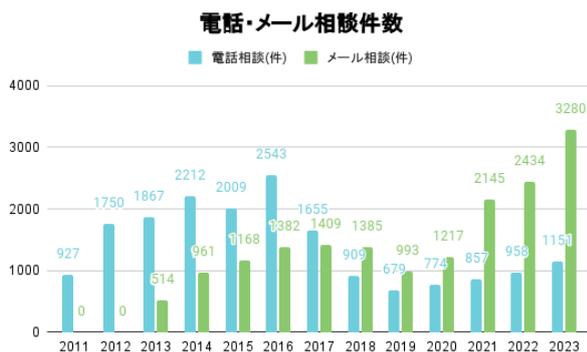


2023 年度の電話・メール相談件数、居場所件数のご報告

2023 年度、電話・メール相談件数は 4,400 件。昨年度 3,400 件と比べ 1,000 件の増加がありました。私たちがこうやって活動을続け、対応可能な件数を増やすことができたのは、寄付で応援してくださる皆さまの支えあつてのことです。いつも応援、本当にありがとうございます。



相談件数を出しましたが、「件数増加＝死にたいときの心の居場所の提供できている」と単純なイコールではないとも思っています。

「件数を増やすこと」を目的にしだすと、もしかしたら「相談のやり取りがどうだったか」だけではない基準が知らず知らずのうちに入り込んでくるかもしれないからです。まして、たくさん件数を受けたから「死にたい気持ち」がわかるようになるものではありません。

死にたい気持ちを受け取って関わるということは、混沌として、痛くて、苦しくて、叫びたくなるような、相手の感じる気持ちそのままに受け取ることを、慣れずに毎回ずっとしていくことだと思います。ここでいう「慣れる」は、相談者の気持ちをわかろうとするのではなく、自分の相談経験から、相手以上に相手の死にたい気持ちを知っていると思いがかるという意味合いです。

団体としても、いち相談員としても、件数だけに振り回されず「今、目の前のコーラーさんの気持ちを大切に受け取ろうとしていたかどうか」を真ん中に、今年度も進んでいきたいと思っておりますので、まだまだご一緒にお付き合いのほどよろしくお願いいたします。

(広報・FR 担当 中川結幾)

チャリティーミュージカル

普段私は Sotto の相談員として活動しておりますが、社会人による劇団員としても活動しています。このたび、劇団が企画・出演したミュージカル公演において、私の意向でチャリティー公演に致しまして、同時に能登半島地震への支援金や、ウクライナで戦火の中犠牲になっている動物たちへの寄付と並んで、Sotto への寄付を募らせて頂きました。Sotto へは 4,496 円の寄付が集まりました。また、Sotto のチラシをパンフレットへ挟み込み、来場者への配布もいたしました。お力添えくださったみなさま、ありがとうございました。心より感謝申し上げます。

私たちにとって永年の課題となりうる広報もひとつの目的であり、約 120 名の来場者さまに団体名と存在を知って頂けたことは、大きな成果だったのではないかと考えています。私の活動が自分の周囲の目にも触れる貴重なタイミングだったとも思っています。これが今すぐに寄付などのアクションに繋がらなくとも、周りの方に教えて頂いたり、いつか自身がしんどくなった時に利用して頂いたり、はたまた相談員として活動して頂いたり…、Sotto という団体がある事を知っているだけで、可能性は広がります。

募金やチラシの挟み込みなどさせて頂ける機会があるならば、少しづつでもこのように支援の輪を広めていきたいと思っております。

頂いた寄付は私たちの活動である居場所作りのために大切に使用させて頂きます。ひとりひとりの力は小さくとも、決して無力ではありません。皆様からのご協力、今後もお待ち申し上げます。

(相談員 N)



自殺対策強化月間とりくみ報告

厚生労働省では「誰も自殺に追い込まれることのない社会」の実現に向け、例年、自死者の最も多い3月を「自殺対策強化月間」と定め、地方公共団体、関係団体等と連携して相談事業及び啓発活動を実施しています。Sottoでも行政や他団体と協力して取り組みを実施しました。

・「京のいのちささえ隊」街頭啓発活動（3月1日（金））

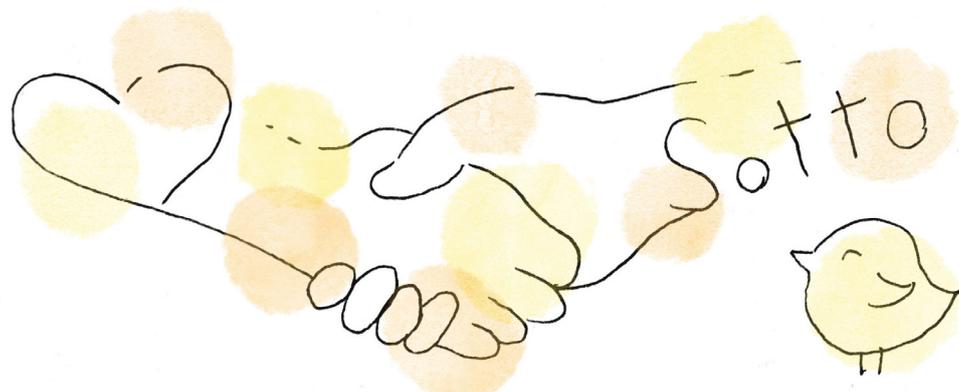
Sottoも参加している「京のいのちささえ隊」（京都府内の相談・支援機関によるネットワーク）主催の街頭啓発活動に協力・参加しました。「京都いのちの日」3月1日にKYOTOイオンモールにて、死にたいほどの悩みの相談先などを記したリーフレットをポケットティッシュと一緒に配布しました。京都府のゆるキャラ「まゆまる」も応援に来てくれ、多くの人に取り組みについて知ってもらえたように思います。

・こころとくらしの法律相談会（3月2日（土））

今年も京都司法書士会と連携し、法律問題や心の悩みをお聞きして少しでも重荷を軽くしてもらおうと面談と電話での相談会を開催しました。Sottoからは相談員3名が参加しました。コロナ明けということもあってか、当日は電話が5件、面談が4件の計9件と、去年の4件を大きく上回る相談がありました。法律に関する相談と、悩みや苦しみなど気持ちについての相談を、司法書士の方とSotto相談員で分担して臨みましたが、法律の悩みで来られた方であっても、そこにはそれぞれの心の苦しみがあつたように感じました。

Sottoでは「自死にまつわるつらい思いを抱えた方々のそばにいる」という活動を行っています。今後も様々な他団体と連携することで、より多くの人々に、必要とする活動や情報を届けていけたらと思います。

（八期生 相談員）



誰でもない、何の役をしなくてもいい時の顔って
というのがあって。そこを見たい。

(イラストレーター・ヨシタケシンスケ)

活動報告

- 3月電話相談件数・・・160件（無言 88件）
- 電話相談委員会・・・：研修 3/21 参加5名
- 2月メール相談件数・・・受信 237件（全て返信。）
- メール相談委員会・・・委員会会議 3/14 参加3名
- 居場所づくり委員会・・・委員会会議 3/17 参加6名
おでんの会”からだ・こころリラックスの場” 3/6 申込8名（参加8名）
- グリーフサポート委員会・・・委員会会議 3/17 参加6名
そっとたいむ 3/13 申込2名（参加2名）
- 映画委員会・・・委員会会議 3/17 参加6名
ごろごろシネマ 3/27 申込5名（参加4名）
- 研修委員会・・・ロールプレイ研修 3/3 参加8名
ロールプレイ研修 3/31 参加3名



寄付ご協力一覧

ご協力にこころより感謝いたします

3/1-3/31（受付分）

浄土真宗本願寺派
株式会社エクザム
葛野 洋明
加藤 大
山河 彰子
京都市・一念寺

みやま市・浄弘寺（下
川弘暎）
京都市・西岸寺
竹本 崇嗣

solio 62名
ソフトバンクつながる募金 1件
匿名 40名（syncable 寄付者含む）

Sotto コメント
桜を見に来る人で電車が賑わってくる季節です。（A・Y）

発行 2024年4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
TEL 075-365-1600
URL [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