



新しい居場所事業 『Sotto の縁がわ』 始まります！

今年度、新たな居場所事業を始めることになりました。これまで「おでんの会」の土日版・平日の夜版として試験的に開催していた会から独立・拡充して全く新たな居場所事業となります。企画の中心メンバーの2人から新しい居場所事業を立ち上げた経緯や名称にこめた思いについてご紹介します。

りゅう：とくちゃん、なんでこの企画やろうと思ったの？

とく：土日版、夜版とも需要ありましたよね～。でも年に4回じゃ十分応えられてなかったんですよ～。そこですよ、そこ！

りゅう：そやねえ。今までに応えられてなかった層にももっと届けたいよねえ。おでんの会の定員によってあぶれる人のことも気になってたし。

とく：おでんの会にもごろごろシネマにも来られなかったときって皆さんどうしてるのかと思ったら…。

りゅう：そこで今回の新居場所の売りと言えバ？

とく：予約不要！定員無し！です。

りゅう：おー、素晴らしい！でも正直スタッフの人手確保も難しいところあるやん。その形の開催で大丈夫って声には？

とく：この居場所の特徴についてお話ししましょう。今回の居場所の特徴は「参加者の皆さんがそれぞれにありたいように居られる場所」です。これまでのおでんの会のようにみんなを一緒にしましょう…みたいな時間がありません。一人で本を読むのもよし、居合わせた人と話すのもよし。時間を過ごすための本やゲームなどを置いておきますが、どう過ごす

かはそれぞれの自由です。もちろん死にたい気持ちを受けとる相談員がその場に居ることがSottoの会の絶対条件なので、そこは担保しています。

りゅう：なるほど、人との交流が苦手とか自分だけでボーっとしていたいとか、今までの会で届いてない層にもっていうところやね！そして、参加者の数にかかわらず運営できる形にもなってるってことやね！

とく：人の気持ちって複雑じゃないですか。たとえば、「一人でいたいけど独りにはなりたくない」「人と関わりたくないけど誰かといたい」みたいな矛盾するような、もやもやする気持ちもあるでしょ。他にも「つらい現実に追い詰められてとにかく一息つける場所がほしい」みたいに切羽詰まってるって何も考えられないくらいのときとかもあるじゃないですか。そんなさまざまな気持ちや状況を抱えた方がふらっと立ち寄って一息つけるところ、そんなところが目指すところです。

りゅう：はい、そんな新居場所の名称は！？

とく：『Sotto の縁がわ』です。最近の家には縁がわってなかなかないですけど、疲れたときなんかにはちょっと腰掛けられるくらいの感じ、何をすることもなく居られる感じが好きなんですよね。あんなイメージで、死にたい気持ちを持っている人なら誰でも気軽に腰掛けに来られるような、どんな過ごし方してても誰にも咎められないような、自分のありたいように居られる場所、そんな思いをこめました。

(Sotto の縁がわ担当)

「そっとたいむ」を見学して

グリーンサポート「そっとたいむ」での研修

2月12日に開催された「そっとたいむ」に、東北大学スマート・エイジング学際重点研究センターの宇野さんをお迎えして、研修を実施し、実際の会にも参加してもらいました。当日は、早い時間からいつも以上に多くのスタッフの参加があり、とても充実した研修になりました。実際の居場所の会の日にはロールプレイ研修をする機会は、なかなかないのですが、ロールプレイ研修の意義を改めて感じる充実した時間になりました。

以下、宇野さんからのご寄稿を紹介します。

「心にそっと寄り添う時間——Sotto での貴重な学び」

このたび、京都自死・自殺相談センター Sotto 様の活動に参加し、関係者の皆様から貴重なお話を伺う機会をいただきました。Sotto 様の信念、温かな雰囲気、そしてスタッフの皆様の情熱を肌で感じ、大変学びの多い時間となりました。

私は学生時代から東北地方のグリーンサポートグループで活動しており、現場での課題や地域ごとの違いに関心を持つようになりました。その中で、全国のグリーンサポートに携わる方々の実践を学ぶ研究を始め、その一環として Sotto 様の「そっとたいむ」に参加させていただく機会を得ました。

当日はまず、事前研修としてロールプレイに参加しました。Sotto 式のロールプレイは、言葉では表しきれないほど心を揺さぶる体験で、自分の内面が深く掘り起こされるような感覚に戸惑いもありました。しかし、その後の「そっとたいむ」に参加したことで、このロールプレイの意味が明確になりました。私は普段よりも参加者の言葉の奥にある感情に敏感に気づけている自分に気づき、トレーニングを重ねることで、人の感情により丁寧に寄り添えるようになるのだと実感しました。

実際の「そっとたいむ」は、安心感に包まれた空間の中で、参加者の気持ちにまさしく「そっと」寄り添う時間が静かに流れていました。そこでは、さまざまな思いを抱える方々と、それを受け止めようとする方々が互いに影響を与え合い、その生の感情のやりとりから多くの学びを得ることができました。

今回の訪問で最も心に残ったのは、全国各地に、私たちの団体と同じように、誰かのつらい気持ちに寄り添おうと真剣に向き合い、奮闘されている方々が確かに存在するという事実でした。それを実際に目にし、同じ志を持つ方々と出会えたことが、今後の活動の大きな励みとなりました。

京都自死・自殺相談センター Sotto の皆様には、温かく迎えていただきましたことを、この場をお借りして心より御礼申し上げます。

「認定 NPO 法人格」の有効期間の更新が認められました



otto は、2025 年 4 月 1 日付けにて、京都市より「認定 NPO 法人格」の有効期間の更新が認められました。これにより、2030 年 3 月末まで、認定 NPO 法人として活動することができます。有効期間の更新が認められたのはひとえに、Sotto を支えていただいているみなさまのおかげです。心より感謝申し上げます。

認定 NPO 法人とは？

そもそも、認定 NPO 法人とは何か。正式には「認定特定非営利活動法人」という名称になります。「NPO 法人」というのは聞いたことがあるけれど、認定ってなに？」という疑問が浮かんでおられる方もいるかと思えます。

みなさんがよく聞く NPO 法人というのは、1998 年に施行された「特定非営利活動促進法」という法律に基づいて法人格を持つことを認められた団体のことです。現在、NPO 法人は全国に 5 万団体以上ありますが、そのうち認定 NPO 法人と認められているのはおよそ 1200 団体です。

認定 NPO 法人と認定されるためには？

このように NPO 法人全体のおよそ 2.4%しか認定 NPO 法人として認められていない理由の 1 つとして、認定要件が厳格に定められている点が挙げられます。要件とは以下の 8 つの基準です。

1. **パブリック・サポート・テスト (PST) に適合すること (特例認定は除く)**
2. **事業活動において、共益的な活動の占める割合が、50% 未満であること**
3. **運営組織及び経理が適切であること**
4. **事業活動の内容が適切であること**
5. **情報公開を適切に行っていること**
6. **事業報告書等を所轄庁に提出していること**
7. **法令違反、不正の行為、公益に反する事実がないこと**
8. **設立の日から 1 年を超える期間が経過していること**

あるパブリック・サポート・テストは「市民から広い支援を受けているか」を判断するもので、認定基準のポイントとなるものです。一例をあげますと「判定期間内の寄付金の総額が 3,000 円以上である寄付者数の年間平均が 100 人以上であること」という基準があります。つまり、毎年 100 人以上の方から 3,000 円以上の寄付という幅広い支援を受けていなければいけません。冒頭に謝意を申し上げた通り、Sotto がどれだけ頑張ろうとも、みなさまからのご支援がなければ、今回の認定更新はなしえないことでした。あらためまして、感謝申し上げます。

認定 NPO 法人と NPO 法人のちがいは？

では、認定 NPO 法人と NPO 法人では、何が違うのか？もっとも大きなちがいであり、かつみなさまに関係する部分が「税制の優遇措置が受けられる」ということが挙げられます。

個人で寄付した場合、所得税（国税）の計算において、「寄附金控除（所得控除）」または「税額控除」のいずれかを選択して確定申告を行うことにより、所得税の控除を受けることができます。例えば、給与収入が 300 万円の方が 1 万円寄付した場合、所得控除であれば 400 円、税額控除であれば 3200 円の税額が控除されます。詳細は内閣府の HP をご覧ください。

2025 年度が始まりました。今年度は新たな居場所事業も始まります。今後も変わらず「死にたい」ほどのつらさを抱える人の気持ちを受け取り、「心の居場所をつくる」ということに邁進していく所存です。

(事務局長・小熊広宣)



(内閣府 HP の QR コード)

今月のことば

むりに語らせられると、ぺらぺらしゃべったが最後、
ばらばらになって消えてしまうんだ。それでおしまいさ。
その旅のことを思い出したくても、
自分のしゃべった声しか聞こえなくなっちゃう

(スナフキン『ムーミン谷の仲間たち』)

活動報告

- 3月電話相談件数・・・100件（無言 53件）
- 電話相談委員会・・・グループ研修 3/20 参加2名
- 3月メール相談件数・・・受信 267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 3/13 参加6名
- 居場所づくり委員会・・・委員会会議 3/5 参加4名、3/17 参加8名
おでんの会”こころリラックスの場” 3/5 申込12名（参加11名）
- グリーフサポート委員会・・・委員会会議 3/5 参加4名、3/17 参加8名
そっとたいむ 3/12 申込3名（参加2名）
- 映画委員会・・・委員会会議 委員会会議 3/5 参加4名、3/17 参加8名
ごろごろシネマ 3/19 申込6名（参加6名）
- 研修委員会・・・ロールプレイ研修 3/9 参加3名
現地ロールプレイ研修 3/23 参加8名

寄付で協力一覧

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

カワムラ カズヒト

大阪市・誓源寺（旭啓子）

京都市・長慶院

（株）大田葬祭

門上 誓明

京都市・一念寺

京都市・西岸寺

シラサワ タツキ

大分市・光國寺

solio 55名

匿名 46名（syncable 寄付者含む）

Sotto コメント

年度が替わって期待と不安で半々です
(A・Y)

発行 2025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

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