

新たな相談員が増えました

昨年10月から始まった相談員養成講座も前期研修の2ヶ月と後期研修の4ヶ月を終えました。4月27日に実施した面談を経て、6月の総会をもって相談員として認定されます。現在研修中の方もあわせて今後ともSottoの一員として末長くご活躍いただければと思います！養成講座を終えての感想や、これからの意気込みをいただきましたので、ご紹介させていただきます。



新相談員の声

無事、相談員認定をいただきホッとするとともに背筋が伸びる思いです。研修期間の間、居場所の活動に参加させていただき、来られた方のそれぞれの状況の中での思いに触れ、色々なことを考えました。まだまだ、わかってほしいという気持ちを聴き取ることが難しい状況ですが、考えたこと、感じたことをきちんと消化して、少しずつ積み重ねていけたらと思っています。

「たいせつなことは、目には見えない」星の王子さまは友達のキツネに教わりました。心で見なくちゃ、ものごとはよく見えないのだそうです。すごく難しいので、自分に見えるだろうかと不安になりますが、養成講座を通じて先輩相談員の皆さんに支えられ、なんとかここまで来ることができました。Sottoの一員として、コーラーさんのたいせつなことを心で見させてもらい、それを一緒に大切にしていこうと思っています。

『宗教者からのメッセージ』

Sotto の活動に助成してくださる団体のひとつに浄土真宗本願寺派があります。

その本願寺から毎年、京都いのちの日（3/1）に合わせて発刊されているのが、『宗教者からのメッセージ』という小さな冊子です。今年で 10 冊（年）目を数えるこの小冊子には、仏教、キリスト教、神道など、自死の取り組みを行う僧侶や牧師たちによる、自死の苦悩を抱えた方、大切な人を自死で亡くされた方に向けたメッセージやインタビューが掲載されています（なお、Sotto の活動に関わる宗教者も毎号掲載されています）。

冊子のなかでは、「自死で亡くなるとどうなるのか」「死にたい気持ちになったときはどう過ごせばよいのか」「宗教では自死をどう捉えるのか」などの質問が宗教者に投げかけられます。教義と現場での葛藤や、自身の想い、それぞれの活動の悩みなどが綴られているのですが、どなたも自死の現場で感じたことや、自死に対する想い、大切な人を自死で亡くす経験などを、教義的な善悪で論じるのではなく、自分の言葉で語ろうとされているのが印象的です。自死は、良いのか悪いのか、宗教ではどう考えるのかという関心で読み進めていくと、自死という出来事は、良いとか悪いという問いや判断に収まらないものであることが少しずつ見えてきます。

この冊子が、いま自死の苦悩を抱えている方や、大切な人を自死で亡くされた方の苦しみ、悲しみに対して、ただちに何らかの答えを与えるものとは言えないかもしれませんが、しかし、それぞれの宗教者が真剣に応えようとしている姿に出会うことができます。そして、その姿から、自分一人で抱えていたものが、決して一人きりで抱えているのではなく、誰かが共に担おうとしてくれている——そんなことにも気づかされるのです。

『宗教者からのメッセージ』1～10 は、
下記の QR コード（https://j-soken.jp/category/topics/topics_3）
より全文ご覧いただけます。

（相談員 A.C）



🐱❤️ つながる募金
PayPayでも寄付が
できるようになりました



※支払い条件あり



いつもあたたかなご支援を賜り、ありがとうございます。

Sotto では、ソフトバンク「つながる募金」経由で、2025 年 3 月より、寄付決済方法にキャッシュレス決済サービス PayPay が導入されました。PayPay の導入により、手軽で簡単にご寄付いただけます。また、ソフトバンクをご利用でない方もご寄付が可能です。

PayPay ユーザーは普段の支払いと同じように、スマートフォンを使っていつでも手軽に寄付していただくことが可能です。ぜひ新しい決済手段もご活用いただき、活動へのご支援をお願いできますと幸いです。

広報ファンドレイジング委員長 中川結幾

Q&A

Q 本人確認は必要？

A PayPay で寄付を行う際は、事前に「本人確認」を完了させる必要があります。これは寄付をする人の安全性を確保し、第三者の不正利用の防止を図るためです。

Q いくらから寄付できる？

A PayPay での寄付は、少額から始められます。Sotto では 100 円から寄付を受け付けています。

Q 領収書は発行される？

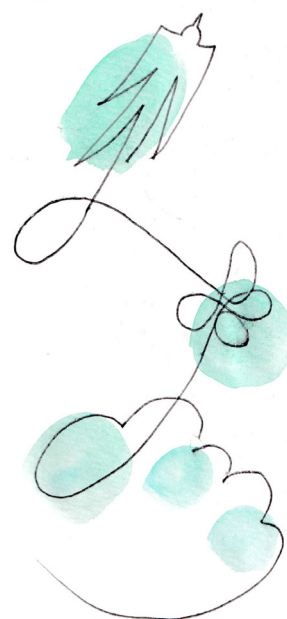
A PayPay での寄付は、匿名のため領収書の発行が行われません。

むしろ菓子は悲しみに寄り添うものである

(平野紗季子)

活動報告

- 4月電話相談件数・・・119件（無言 64件）
- 電話相談委員会・・・グループ研修 4/17 参加 5名
- 4月メール相談件数・・・受信 120件（全て返信。）
- メール相談委員会・・・委員会会議 4/10 参加 6名
- 居場所づくり委員会・・・委員会会議 4/13 参加 4名、4/14 参加 6名
おでんの会“食事の場” 4/2 申込 8名（参加 8名）
Sotto の縁がわ 4/24 参加 5名
- グリーフサポート委員会・・・委員会会議 4/14 参加 6名
そっとたいむ 4/9 申込 3名（参加 2名）
- 映画委員会・・・委員会会議 委員会会議 4/14 参加 6名
ごろごろシネマ 4/16 申込 6名（参加 6名）
- 研修委員会・・・ロールプレイ研修 4/6 参加 5名
ロールプレイ研修 4/13 参加 6名 ロールプレイ研修 4/21 参加 3名
相談員更新面談 4/23 参加 12名 相談員更新面談 4/27 参加 12名
相談員更新面談 4/30 参加 10名



寄付で協力一覧

4/1-4/30（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
加茂郡・善教寺
山田 雅昭
京都市・長慶院

シラサワ タツキ
京都市・一念寺
京都市・西岸寺
中島西組仏教婦人会
京都市・東光寺

solio 53名
匿名 43名（syncable 寄付者含む）

Sotto コメント
温かい日が増えてきましたね

(A・Y)

発行 2025 年 5 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