

素敵

生きていくために

vol.63

あなたは気づいていますか

生きづらさを抱えている人を

「私なんていつ死んでもいいねん」と言う人
死にたいほどつらい気持ちを抱えている人
しんどい原因がはっきりしていない人
心のよりどころが見当たらない人
自分の居場所がないと思っている人
自殺未遂を繰り返す人

さまざまな人がいると思います。
相談をされたら、あなたはどのようにしていますか。

@ 私たちは…

私たちのところに相談があれば、心も体も「生きづらさ」を抱えている人、その人自身と向き合います。そして途中で話をさえぎらずに最後までじっくり聴きます。ただ聴きません。そしてしんどい気持ちとその人の存在を受け止めます。

そうすると、「なにか光が見えた」という人、しんどさが整理できて必要なサポートを紹介してほしいという人、一度ではなく継続して相談に来る人などさまざまです。私たちはその人のしんどい気持ちそれ自体に寄り添い、これからの方向性を自分で選び、自分で決められるようにサポートしていきます。伴走していくようにずっと寄り添います。関係機関のネットワークでチームとなって応援します。

@ もしあなたが…

もし、あなたがその人のことをなんとかしたいと思ったら、つらい気持ちを一人で聴いて一人で抱えないようにしてください。あなたが相談にのりたい気持ちはとても大切です。その人に、心配している人がいることを伝えるということが大切です。大切ですが、死にたいほどのつらい気持ちを聴いて一緒にしんどくなつてはつらすぎます。相談を聴く側のあなたにも後ろ盾が必要です。チームでの対応があれば、あなたも支えられます。一緒にその人をサポートしましょう。どうぞご連絡ください。

絵本で学ぼう

大塚高等学校美術部の学生と人権文化室との協働で「親と子でよむヒューマン絵本 ココロの花」を作成しました。

女の子と小さな花のタネが主人公で、自分も大事に、相手も大事に思えることを大切にしてほしいという自尊感情をテーマにしています。

市役所5階人権文化室で配布しています。ぜひご覧ください。



23ページに「3月は自殺対策強化月間です」というテーマで、専門家への相談先を紹介しています。あわせてご覧ください。

人権教育市民セミナー

ハンセン病回復者の家族として 今、思うこと

ハンセン病回復者と家族は何に悩み、どう考えているのか。ハンセン病回復者の家族の声から一緒に考えてみませんか。

- ▶とき 3月14日(休) 午前10時～正午
- ▶ところ 市役所8階会議室
- ▶講師 加藤めぐみさん(ハンセン病回復者支援センター)、ハンセン病回復者の家族
- ▶保育 1歳6カ月から就学前の子ども、先着5人 保育費用1人300円 保育申し込みは3月9日(土)までに直接、NPO法人子育て支援ぽけっとへ。
- ▶申込み・問合せ NPO法人子育て支援ぽけっと (☎268-2182 ☎284-7733)

- ニュース 松原
- 情報ひろば
- 子育て消費生活
- 税
- 上下水道相談
- 安全
- 保険年金
- 健康
- 環境福祉
- 人権
- その他
- 子育て応援コーナー
- 各種相談
- 素敵に生きよう
- 歴史ウォーク
- 催しぽけっと
- 講座イベント
- スポーツ
- 図書館
- 地域交流
- みんなの広場
- イベントガイド