

講演

# 「生きづらい世界で 共に生きるために」

講師 豆塚 エリ 氏 (詩人・エッセイスト)

## ■豆塚エリ プロフィール

1993年愛媛県生まれ、大分県育ち。別府在住。16歳のときに飛び降り自殺を図り頸髄を損傷、以後車いすに。大分上野丘高校中退。2013年こんぺき出版を立ち上げ、自身の詩集などを自費出版。2016年、小説の新人賞である太宰治賞最終候補に選ばれる。同年よりNHKハートネットTVにて当事者コメンテーターを務める。2022年、出版社・三栄より自伝的エッセイ「しにたい気持ちが消えるまで」を出版。SNSインフルエンサー病理医ヤンデル（15万フォロワー）による「2022年ヨンデル選書大賞」受賞。NHK「おはよう日本」や文春オンラインで紹介されるなど反響を集め、現在3刷。西日本新聞にて月一コラム連載中。文筆家として様々なメディアで執筆するほか、全国で自殺予防の講演会を行うなど精力的に活動している。株式会社アヤナイ専務取締役として訪問介護事業所tetoteを経営。

—若年層自殺予防普及啓発事業—

# こころの健康 フェスタ

2023

2024

2/11 日

13:30~15:30

滋賀県立男女共同参画センター  
“G-NETしが”

〒523-0891 滋賀県近江八幡市鷹飼町80-4  
TEL 0748(37)3751 / FAX 0748(37)5770

入場  
無料  
申込不要



豆塚エリ 著 (三栄)

『しにたい  
気持ちが  
消えるまで』

競走するのをやめて、人に頼れるようになったら生きやすくなった車椅子の詩人が綴る『しにたい気持ちが消えるまで』16歳のとき、死のうと思った。すごく天気の良い日で、こんな日に死ぬなんて幸せだと思った。自宅のベランダから飛び降り、頸髄を損傷するが一命をとりとめる。「何もできなくても生きていたい」現在を生きる筆者による自死を止めたい、やさしくなりたい、お守りのような言葉。書き下ろし自伝エッセイ。

お問合せ先

滋賀県精神保健福祉協会 事務局  
〒525-0072 草津市笠山8丁目4-25 滋賀県立精神医療センター内

TEL. 077-567-5250  
FAX.

# プログラム

- 13:00～ 「楽々展」(滋賀県在住の精神障害者作品展)  
 - 「NPO法人滋賀県精神障害者家族会連合会」(鳩の会) -
- 13:30～ 第1部 主催者あいさつ 滋賀県知事  
 滋賀県精神保健福祉協会会長
- 第2部 精神保健福祉事業功労者表彰式
- 14:00～15:30 講演 ●テーマ/「生きづらい世界で共に生きるために」  
 ●講師/ 豆塚エリ氏 (詩人・エッセイスト)
- 15:40 「楽々展」 優秀作品発表

## 会場 滋賀県立男女共同参画センター “G-NETしが”

〒523-0891 滋賀県近江八幡市鷹飼町 80-4  
 TEL 0748(37)3751/ FAX 0748(37)5770  
 休所日 月曜日/祝日の翌日/年末年始

- 電車でお越しになる場合 (JR琵琶湖線「近江八幡駅」下車)
  - \*米原より▶新快速利用19分、普通列車利用27分
  - \*大津より▶新快速利用24分、普通列車利用31分
  - \*京都より▶新快速利用34分、普通列車利用40分
- 近江八幡駅から
  - \*徒歩の場合▶JR近江八幡駅南口より 約500m
  - \*バスの場合▶近江八幡駅南口から近江バス「男女共同参画センター前」下車
- お車でお越しになる場合
  - 名神高速道路「竜王」インターチェンジから
  - \*名神高速道路「竜王」インターチェンジから国道477号線を「近江八幡」方面へ
  - \*「西横関」交差点にて右折して、国道8号線を「彦根・米原」方面へ
  - \*「千僧供町北」交差点にて左折して、「近江八幡駅」方面へ約1キロ直進した右手側国道8号線から
  - \*「千僧供町北」交差点を「近江八幡駅」方面へ曲がり、約1キロ直進した右手側



■主催/滋賀県・滋賀県病院事業庁・滋賀県精神保健福祉協会 ■協力/NPO法人滋賀県精神障害者家族会連合会(鳩の会)  
 ■後援/滋賀県教育委員会・滋賀県医師会・滋賀県社会福祉協議会・日本精神科病院協会滋賀県支部・滋賀県精神科診療所協会・(申請中) 滋賀県精神神経科医会・NHK大津放送局・BBCびわ湖放送

☎ SNS または ☎ 電話 で 相談したいときは…

### こころのサポートしが LINE 相談

●16:00～22:00 毎日



### こころの電話

☎077-567-5560

●10:00～12:00  
 13:00～21:00 毎日



### 自殺予防 いのちの電話

☎0120-783-556

●16:00～21:00 毎日



NPO 法人 自殺対策支援センター ライフリンク

### LINE 相談 生きづらびっと

●11:00～22:30 毎日



### 24 時間子供 SOS ダイヤル

☎0120-0-78310

●21:00～翌9:00 毎日  
 午前9時以降は「こころんだいやる」  
 につながります



### NPO 法人 滋賀いのちの電話

☎077-553-7387

●10:00～20:30 金～月



### あなたのいばしょ チャット相談

●24 時間 365 日



### こころんだいやる

☎077-524-2030

●9:00～21:00 毎日  
 (12/29～1/3 除く)



### #いのち SOS (フリーダイヤル)

☎0120-061-338

●月・火・金・土・日 0:00～24:00  
 (24 時間)  
 ●水・木 6:00～24:00

