



関西いのちの電話



天空の道 (平成20年度鳥取県写真コンクール入賞作品)



「少し風が吹いて来たよう…」

関西いのちの電話 事務局長代行 八尾 和彦

4年程前、事務局を退いた後、ビフォー・アフターではこんなにも違うものかと驚かされた。いつどこにしようが24時間いのちの電話に繋がっている自分から解放され、それは天にも昇るような気持だった。生活は規則的になり、体重は5キロ減り、健康体を取り戻した。いかに「いのちの電話」が自分の心と体に重くのしかかっていたかを思い知らされたことを今思い出す。

その一方で相談員のみなさんに思いを馳せると、「いのちの電話はすごいところだ!」と改めて驚嘆し感動せざるを得なかった。毎年10名ほどの方が退職される。親の介護や体調を崩して休務される方もいる。しかし、それでもいのちの電話の活動は脈々と続く。関西いのちの電話は、1973年9月23日に開局して以来45年間、24時間365日絶えることなく活動を続けてきた。先輩から後輩へといのちの電話の「理念と実践」が引き継がれ、相談員仲間が互いに補完し合い、支え合ってきたからこそ続いてきたのだと思う。

そして、最初は「他者のために!」と思って始めたことが、いつしかそれが転化して実は「私自身のために!」活動して

いることに気づき、人として今もなお「心の成長」があることを知らされた時、いのちの電話はとても奥が深く、永続的な存在となるのかも知れない。

ところで、人生には三つの坂があると言う。上り坂、下り坂、真坂(まさか)! 私はこの3月末、予期もしない「真坂」に出くわし、4月から事務局に戻る事となった。まるで天から「帰って来たヨッパライ」である。事務局では過去の経験から少しは動いているとは言え、内心は今だに付いて行けてない。ここで自分自身をどのように落ち着かせばいいのだろうかと思い悩み、「いのちの電話」に電話したいくらい……であった。

しかしながら、あれこれ考えてばかりいても仕方がない。時代と社会は変化し、いのちの電話も決してそれと無関係ではられない。せつかく「帰って来た」のだから、与えられた時間の中で共に課題と向き合い、そのプロセスを共有し、次の人たちに引き継いでいければいいのかなと…ようやくここにたどり着く。少し風が吹いて来たようだ。

関西いのちの電話 相談電話 (24時間365日) ☎06-6309-1121
自殺予防いのちの電話 毎月10日 午前8:00 ~ 翌日午前9:00 ☎0120-783-556

こころを病む人々の声に耳を傾けて…

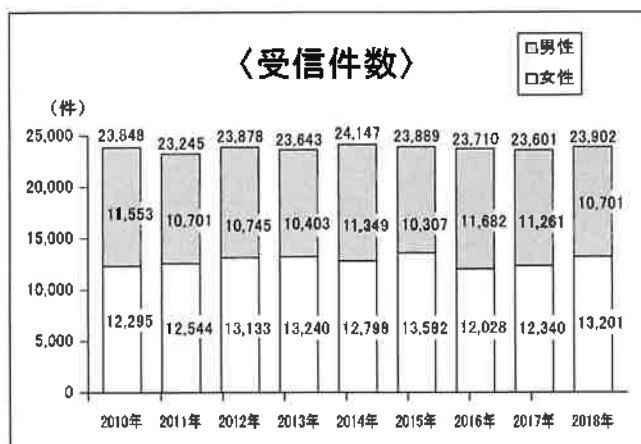
関西いのちの電話 記録分析委員会

2018年の電話相談から見えてくるもの

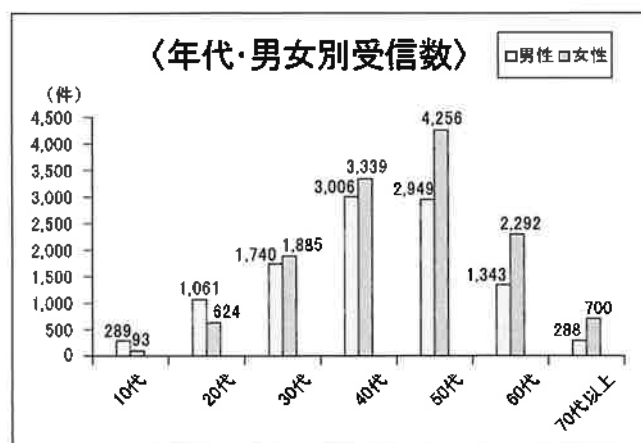
関西いのちの電話では、毎年、1年間の受信状況について記録分析委員会が統計的分析と相談内容から読み取った傾向について報告をまとめています。

2018年全体を通して

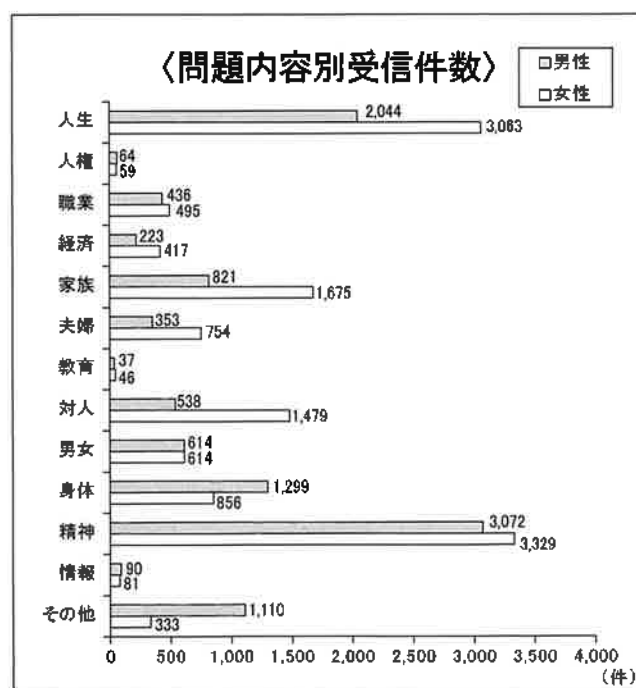
2018年1年間の総受信件数は23,902件。2010年以降、2014年の24,147件以外は23,000件台を推移。そして前年より301件増加しています。月平均約2,000件を受信し、月平均延べ503人の相談員がその相談を聴いています。かけ手の性別では、男性が全体の45%、女性が55%でした。また、心の病を持っていると思われる人からの受信件数は15,650件、総受信件数の65.4%でした。



年代・男女別で受信件数を見ると、男性は40代が最も多く、次に50代、30代という順になり、女性は50代が最も多く、次に40代、60代の順になっています。また若い男性に性の悩みが多くあることから10代・20代は男性からの受信数が多くなっています。



50代以降は男性に比べ女性からの受信が多くなっています。これは、子どもの巣立ちから起こる喪失感、退職した夫との会話のない生活、親の介護の中で見失う人生の展望、将来への不安など、50代以降の女性に一気に降り注ぐ生活の変化を表しているように思われます。

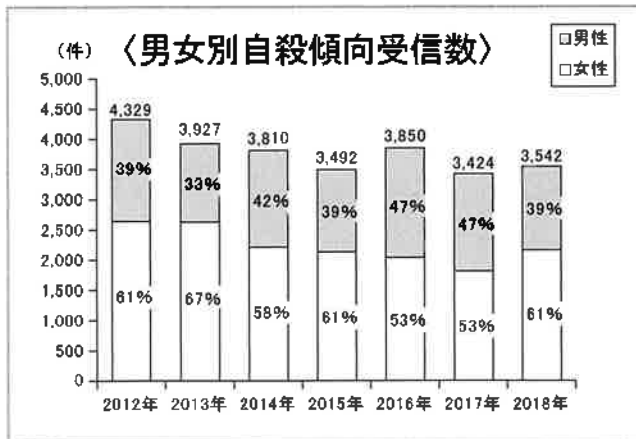


問題（相談）内容別では、「精神」に含まれる心の病の相談が最も多く6,401件、27%を占めています。うつ病や統合失調症に加え、嗜癖行動についての悩みも増加傾向となっています。二番目は男女ともに「人生」の問題で5,107件（21%）です。「人生」の相談の中には孤独を訴える者が多く、かけ手は電話相談で誰かと繋がることにより安らぎを求めているようです。また女性は「精神」「人生」に次いで「家族」（13%）、「対人」（11%）の相談が多くあるのに対し、男性では「身体」（12%）、「その他」（10%）が多く見られます。男性の「その他」は1,110件ですが、これにはテレホンセックスではないかと思われる電話が含まれています。また「家族」の近親姦、「身体」「精神」における性の悩み、そして「男女」の男女関係といった相談内容の中にもテレホンセックスは存在しており、真剣にかけ手と向き合い耳を傾けていた相談員が、相談が進むにつれ、裏切られた思いを抱き、無力感を味わうこともあります。

自殺傾向について

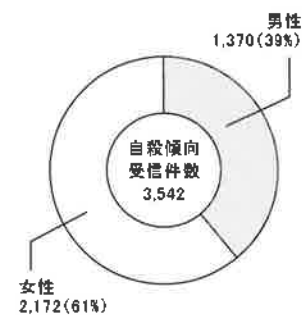
自殺傾向の相談電話の受信件数は3,542件、総受信件数の15%、ほぼ7人に1人が自殺を考えていることを示します。前年に比べると、118件減少しました。2012年は4000件以上でしたが、それ以降は年々減少傾向にあります。

それぞれの年代の受信総数に対する自殺傾向の割合を見てみると、40代19%、50代15%、30代14%となっています。

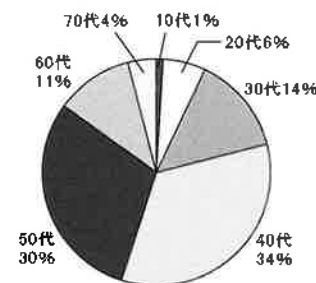


男女の割合は、男性39%、女性61%、と女性からの受信が多くなっています。しかし、警察庁平成30年統計の「自殺の概況」によると、男性の自殺者数は14,290人で、女性(6,550人)の約2.2倍、実際には男性が多く自殺に至っています。男性は「男は弱音を吐かない」という社会通念から、誰にも話せず一人で問題を抱え込み苦しんでいるのかもしれない。

【自殺傾向・男女別件数比】



【自殺傾向の年代別分布】



自殺傾向相談電話の年代別では、40代が一番多く1,199件(34%)で、次に50代が1,075件(30%)、30代が507件(14%)という順です。また60代以上の割合は昨年の13%に対し、今年は15%と増加しています。警察庁ホームページで2018年の70代以上の自殺者が昨年度に比べ106人増加していることから、60代以上の自殺傾向のあるかけ手が増加していることは気になるところです。

また、問題(相談)内容では「鬱」が最も多く23%

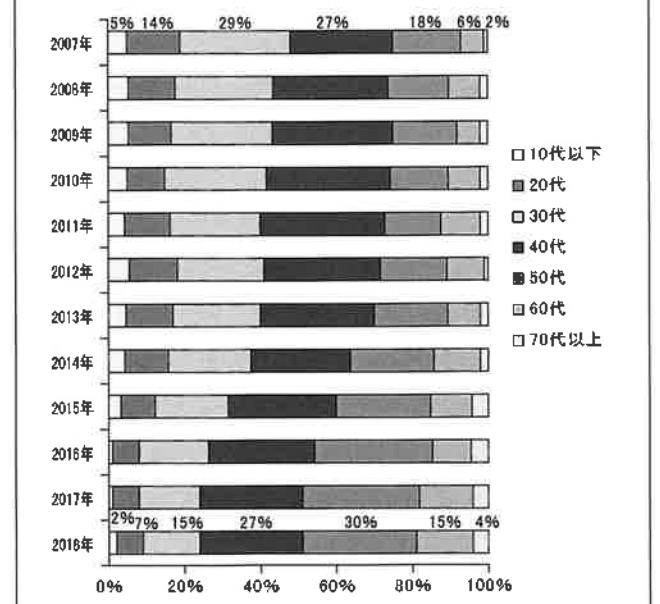
(「鬱」「統合失調症」「その他の精神疾患」を合わせると35%)、次に「生き方」13%、「孤独」13%でした。心を病み、世の中から孤立し、「自分には生きる意味があるのだろうか」と苦しんでいるかけ手の姿が浮かびます。

自殺傾向緊急度の内訳は、自殺をほのめかす「念慮」が91.8%、自殺をしそうな「危険」が6.4%、自殺の「予告や通告」が1.6%、「実行中」が0.2%です。ほとんどの人が「念慮」ですが、今まさに自殺をしようとしている人からの緊急度の高い電話も年に十数件あります。

若者に寄り添える相談活動に…

過去の受信の年代別割合を見てみると、12年前の2007年は30代以下が48%と、総受信の約半数を占めていたのに対し、2018年には24%に減少しています。また50代以上は2007年26%だったのに対し、2018年には49%と増加し、若者と高齢者からの受信割合が12年の間に逆転しました。このことから若者からの相談が減少していることがわかります。警察庁の自殺統計では、自殺者は2010年以降9年連続減少し、ほとんどの年代は減少傾向にある一方、未成年者の自殺者は増加傾向(10代の自殺者数は前年比32人増の599人)にあるという結果でした。苦しんでいる10代の若者に寄り添い支えるためには、私たちはどうすればよいのでしょうか。それは彼らが相談しやすい媒体(携帯・SNSなど)の工夫と相談を受ける大人側の「傾聴する力」を鍛えることが、いのちの電話だけでなく数種の相談機関に求められているのではないかと考えます。

【電話相談の各年代の占める割合】 (2007年～2017年)



あたたかいご支援ありがとうございます

2019年3月1日～2019年5月31日までに、次の方々から社会福祉法人関西いのちの電話への寄付をいただきました。心より感謝申し上げます。今後ともご指導、ご協力をお願い申し上げます。 (五十音順 敬称略)

【個人】

浅野 敏行	大津 久直	岸本 彰五	島田 榮一	中野 爲夫	山内 通生
家田 莊子	大畑 了子	北之坊 皓司	下岡 佳子	中野 桂子	山口 健一
石原 紘	岡崎 信憲	黒田 みつ	菅谷 道子	中村 勝吾	山田 孝彦
大久保 眞里子	小頭 誠	酒井 哲雄	杉浦 眞喜子	馬場 美代子	匿名 6名
大坂 雅巳	小川 弘二	佐々木 良子	隅田 保	藤原 正巳	
大谷 遷	片山 巖	佐治 美知子	竹村 武男	真 眞 理美	
大塚 昭男	金岡 重雄	左藤 章	田中 豊子	三浦 直之	
大塚 伸二	神谷 尚孝	柴 峠 隆士	道免 逸子	森田 和典	

【団体】

愛徳カルメル修道会 本部修道院	河電産業株式会社	日本聖公会石橋聖トマス教会
愛徳カルメル修道会 垂水修道院	香里ヌヴェール学院 中高生徒職員	東豊中聖ミカエル教会
一般財団法人 青木奨学財団	在日大韓基督教会 大阪築港教会	姫路聖マリア病院
(併) 芦屋西宮市民法律事務所	サントリーホールディングス株式会社	融通念佛宗 法蔵寺
いのちのコンサート実行委員会	JR 西日本あんしん社会財団	前久保クリニック
江崎グリコ株式会社	庄内キリスト教会	正岡クリニック
NTT西日本関西カンパニー	親切会	(株) マツヤ
大阪クリスチャンセンター	菅原天満幼稚園	YMCA サンホーム
大阪帝塚山ライオンズクラブ	聖パウロ女子修道会	匿名 3件
大阪YMCA	全国キリスト教教育主事の会	

◎他に相談員・理事・評議員・有志が支えています。

こんなこともやりました！ありがとうございました！

2019年4月～6月

- 4月4日 NHK歳末たすけあい募金配分金通知書交付式
- 4月13・14日 55期養成講座一泊体験学習
- 5月24・25日 日本いのちの電話連盟定期総会・事務局長会議(東京)
- 5月28日 監事による2018年度事業監査
- 6月7日 第1回理事会
- 6月12日 川西市「人権学習市民講座」講演
- 6月14日 大阪YMCA学院高等学校「共生社会」講義
- 6月15日 日本いのちの電話連盟 全国広報担当者研修会(東京)
- 6月27日 第1回評議員会・第2回理事会

夏期募金をお願いします

24時間・365日「眠らぬダイヤル」として相談活動をおこなっています。皆さまのご支援が、電話をつなぎ「いのち」をつなげます。昨年度資金収支差は-220万円。とても厳しい状況となっています。一層のご支援よろしくお願ひ申し上げます。

お振込先 ※社会福祉法人へのご寄付は税制上優遇されます。
 □座名義：社会福祉法人関西いのちの電話
 □座番号：ゆうちょ銀行 00990-3-68480
 : 三井住友銀行 十三支店(普) 998829

2018年度 財務報告

資金収支計算書

(単位：円)

勘定科目		決算	
事業活動による収支	収入	事業収入	7,491,369
		補助金事業収入	1,698,810
		養成事業等収入	5,792,559
		経常経費補助金収入	7,082,795
		金費収入	3,101,379
	支出	寄付金収入	3,981,416
		雑収入	1,699,476
		受取利息配当金収入	2,615
		事業活動収入計(1)	16,276,255
		人件費支出	6,398,557
事業活動資金収支差額(3)	事業費支出	5,308,649	
	事務費支出	6,809,934	
	事業活動支出計(2)	18,517,140	
		△2,240,885	
施設整備等による収支	収入	施設整備等寄附金収入	0
		施設整備等収入計(4)	0
	支出	施設整備等支出	0
		施設整備等支出計(5)	0
施設整備等資金収支差額(6)		0	
その他の活動による収支	収入	積立金取崩	880,620
		その他の活動収入計(7)	880,620
	支出	積立金支出	200,000
		その他の活動支出計(8)	200,000
その他の活動資金収支差額(9)		680,620	
当期資金収支差額合計(10)		△1,560,265	
前期末支払資金残高(11)		1,560,265	
当期末支払資金残高(12)		0	

エルダーものがたり XII

ワイフのアイリンが1979年8月に亡くなった時、子供達と今後のことを相談した。アメリカ各地と日本の各地で生活をして来たこの家族はどうすればいいのか。まず母親の墓をどこに作るのか。そして父親の私はどこに住み、何をするのか。次男のマイクはオレゴン州に住んでいて、近くに母親の墓にきれいな場所を見つけた。「お父さんはカウンセリングの勉強を深めて。12月は一つの節目です。続ける気持ちがあれば最後までやってほしい。後のことは後で考えればいい」と言ってくれた。私は子供達の支えを感じながら勉強を続けた。

12月に入って、日本かアメリカかを考え始めたら子供達は面白いことを言った。

「お父さんは自分の気持ちで決めればいいが、私達は皆日本で育った。誰も日本に居なければちょっと淋しい気がする」と。確かに日本はもう一つの故郷と皆が感じていた。

私は子供達の気持ちを受け取り、単身で日本に戻ることにした。幸い日本人牧師と一緒に教会で働くことが出来た。しかし私の長年の経験と夢とは少し違うように感じていた。そんな時、大阪女学院短期大学から専任教授に来て欲しいと言われた。でも、直ぐ返事はしなかった。色んな学校で教えた経験があったから、私の「夢」の尺度で測りたかった。下見がてら、大学を訪ねて行った時、学生は小グループで楽しく厳しく勉強をしていた。又、二年生の希望者は、新入生の指導や、相談相手となるために六日間の研修を受けてBig Sisterとなる制度があった。それを聞いて「ここは私の働き場だ」と決めた。就任して二年目、私がずっとやって来た「自己理解と他者受容」の人間関係の理論を取り入れて、先生たちの協力によって、高度なプログラムが出来た。この学校に来て良かった!!と思った。そのプログラムは現在も受け継がれている。

しかし私はずっとTELL(東京英語いのちの電話)のことが心に残っていた。ある日、まるで誰かに気持ちを讀まれていたように、「関西いのちの電話」の事務局から「エルダーさんは英語でやっていたが、もう日本語でも出来るでしょう」と電話があった。夜明けが来たように私は大胆にも「はい!」と返事した。

言葉は心配した程問題ではなかった。掛け手は外国人の私のために強い関西弁を避けたでしょうし、私は想像して意味を確認し、たいてい通じ合った。しかし24時間体制は新しいことだった。「眠らない電話」は大きな試みだったし、新しい仲間と一緒にする期待感を持って初めて「A帯」(注1)に入った。翌日授業はない水曜日の晩を選んだ。水曜の「E帯」(注2)の人達が帰っても、まだ誰も来ないので私は1番電話に座った。鳴った電話を取った。次のも。次のも。しかしメンバーは一人も来なかった。私は一晩中あの椅子に座って、九件のケースを取った。

学んだことは二つ(1)メンバーはお互いの約束を守らないと、信頼関係は作れないし組織は成り立たない。

(2)電話を取る時は休憩を少しでも取らなければ、全身全霊、集中して聴くことは出来ない。でも私はすっかり関西いのちの電話のメンバーとなった。

「エルダーものがたり」はこれで最後です。振り返ると経験した全てが今の自分を作り上げることになったと感じている。仲間と同じように、私も沢山電話を取った。人間はこれ程、様々な問題に悩んでいるとは思わなかった。迷い、苦しみ、絶望。そしてその状態からぬけ出すちょっとした光が見えた時の喜び!大勢の人のそれぞれの人生。その喜怒哀楽を心に留めていることは私の宝ものです。これからの人生にもそれを味わい、生かしたい。

(注1)深夜の担当帯

(注2)夕刻の担当帯

あとがき

2015年10月。事務局から依頼を受けて「エルダーものがたり」を連載することになった。

しかし、私の日本語の文章力では皆さんに伝わるかどうか自信がなかった。そこで昔、研修部のメンバーであり、当時私の文章の校正を経験している32期E.O.さんに、アシスタントをお願いしました。外国人であり、ちょっと(?)頑固な私と作業することは決して楽ではなかったと思う。しかし、快く引き受けて下さり、私にふさわしい言葉を選び、本当に根気つよく私を理解しようとしてくれました。彼女の心ある編集と校正があって、ここに終了することが出来ました。心から感謝しています。

そして、私の「エルダーものがたり」を読んで下さった皆さん、ありがとうございました。

ウィリアム・エルダー (William Elder)



2018年11月「関西いのちの電話 バザー」にて

1926年生まれ。1948年宣教師としてアメリカから来日、以来70年間日本在住。

1973年東京英語いのちの電話(TELL)設立時の研修に関わり、1980年に関西いのちの電話の研修担当として相談員の育成に尽力し、現在も研修委員、スーパーバイザー、養成講座講師など関西いのちの電話の重鎮である。

指導における温かい視点、そのわかりやすさには定評があるが、何より人間性の豊かさ、懐の深さに感銘を受けることが多い。大阪女学院短期大学名誉教授。



問いかけることと共感Ⅲ 「傾聴の次の一歩」

傾聴の第一歩は、かけ手の気持ちをくみ取ることで、次の一歩もあるようです。

「死にたい!」「寂しい!」「絶望している!」「どうしていいかわからない!」などと、受話器の向こうから訴えてくる。そこには、相手の背景・人間関係や状況などの情報が添えられないままに、ストレートな言葉だけが投げかけられます。

傾聴の第一歩は、耳で聴く観察、あるいは心で感じ取る観察をしながら、応答していくことが第一歩なのですが、こんなストレートな言葉をぶつけられると、単なる反復、「死にたいと思っておられるのですね」、「寂しい…そんな感じなのですね」などの応答では、かけ手との接点ができないように思います。

では次の一歩は、どんな問いかけをすればいいのでしょうか。

電話でかけ手が、ストレートに「死にたい!」「寂しい!」などの言葉を発するにいたった「今、ここ」の気持ちを問うてみる、どのような場所・状況で「今」電話をしているのかを尋ねてみる。「絶望している」のは、かけ手にとって価値のある希望・やりたかったことが挫折したか、壊れたなどの状況に立ち至ったのだと想像できるので、「あなたは、どんな夢や希望、やりたいことを持っておられたのですか?」。このような問いかけを「よろしければ、教えてくださいませんか」と、丁寧にお願いするのです。これは、かけ手の傍に座り、このストレートな言葉を発しているかけ手の背中、つまり本人にも見えていない影の気配を感じようとする試みです。

そのために、聴き手も「死にたい」という言葉を聞いて、自分の心の中に起こった波紋(動揺や不安など)「今、ここ」で自分の背中に背負った影に気づき、言葉にして伝えるのです。

この聴き手とかけ手の対話が、相互の影を共有して、深い思いやりに少し近づくのではと思うのです。

(長尾文雄・元大阪女学院大学/短大講師)

関西いのちの電話 第24回チャリティーコンサート

バイマーマンジン コンサート



日時 2019年10月18日(金)
18:30 開演(17時30分 開場)

会場 大阪市中央公会堂大集会室
(地下鉄御堂筋線「淀屋橋駅」下車 徒歩5分)

チケット価格 前売 3000円(当日 3500円)

チケット取り扱い・お問い合わせ
関西いのちの電話事務局 TEL:06-6308-6868
FAX:06-6308-6180
E-mail: kairind@age.ac

バザーのお知らせ

◆日時◆
11月2日(土)10時~14時

◆場所◆
聖蹟主教教会及び中庭

関西いのちの電話46周年記念バザーを開催します。沢山の方にご参加いただけるようバザー委員会が工夫を凝らし、お待ちしております。お友達をお誘いの上、どしどしご参加ください♪

この広報誌は、平成29年12月に実施されたNHK歳末たすけあい配分金を受けて作成したものです。府民(寄附者)のみなさまに感謝いたします。

編集後記

広報誌152号(2015年12月発行)が初回であった連載記事「エルダーものがたり」は、4年間に亘って12回を重ね、今号の163号が最終回です。

執筆者のエルダー先生は、いのちの電話の創成期から様々な立場で、相談員を育成する研修委員として、グループリーダーとして、45年の長き期間、関西いのちの電話に関わっておられます。

編集会議での一言がきっかけで、執筆を依頼、当初は4~5回の記事連載を予定。それが、予定の倍以上の掲載回数になり、毎回の記事が魅力に溢れ、個人的には初来日時の長崎、沖縄での生活の記事には引き込まれ、多くの読者の好感の声も届いています。一言を發した筆者としては感謝。4年間の投稿にお礼を申し上げます。

(H.S)

電話相談受信状況(2019年)

受信月	3月	4月	5月
受信件数	1,916件	1,824件	2,025件
相談員数(延)	436人	475人	510人

社会福祉法人 関西いのちの電話

事務局 〒532-0028 大阪市淀川区十三元今里3-1-72
TEL 06-6308-6868 FAX 06-6308-6180
発行人 李清一 編集 広報委員会
ホームページ <https://www.kairindnew.com>