



関西いのちの電話



桜の頃（平成21年度鳥取県写真コンクール入賞作品）



「これからの発展に期待します」

関西いのちの電話 理事
財務委員長 福永 勝

今年の5月で、「関西いのちの電話」に関わって、25年に為ります。

一昨年亡くなられ、長い間、「関西いのちの電話」の理事長を勤められた今村一之さんが、当時財務委員長を務めておられた1995年5月に、誘われて財務委員会に参加させていただくことになりました。

その後は、25年間、毎年、当該年度の会計決算と翌年度の予算案の作成に、諸先輩の協力を得ながら努めてまいりました。その間には、1998年の金融行政の破綻による、日本経済の後退もあり、この年の自殺者数が、前年度から一挙に8000人も増加し、3万人を超える事態となり、その後も2011年度まで、14年間連続して、自殺者が3万人の大台を超えました。この時期、「失われた20年」と呼ばれる日本経済の長期低迷する先の見えない不透明な時代を経ています。

2012年度からは、財務委員長の大役を担うことになり、2018年度までに、7回の決算報告と予算案作成に関わってまいりました。その間、社会福祉法人としての、種々の規約の整備、会計関連規約の作成が求められました。発足以来、

参加者の善意をよりどころに、「ドンブリ勘定」で会計業務を行ってまいりましたが、社会福祉法人の全国的な「不正」の類発によって、いわゆる「社会福祉法人」に対して、大きな網が被せられることになりました。理事長はじめ、内部の役員や財務委員を担っていただいている外部の税理士さんのご尽力で、一連の作業も順調に進み、2018年度でもって、新しいスタートを切ることができました。一方、幸いなことに、2012年以降、自殺者数が3万人を下回り、いのちの電話も微力ながら貢献していると期待しています。

最後に、永年財務に関わった経過から考えますと、「関西いのちの電話」の所在する建物が、耐震改修の必要があり、いつか他所に移転する為の費用、移転先が暫定か半永久かによりますが、元の場所に戻る費用が発生することになり、その為の財政的な備えが必要でしたが、関係者のご尽力で、目途が付き一安心しているところです。

財政的には、近年は、ほぼバランスしておりますので、今後は、安定的な成長のために、若者の参加しやすい、開放的な組織になれば、もっと発展するのにと期待しています。

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8：00 ☎0120-783-556

ママ、死にたいなら 死んでもいいよ

～娘のひと言から私の新しい人生が始まった～

日時：2019年2月2日(土) 13:30開演
場所：大阪YMCA会館2Fホール

講師 岸田 ひろ実

次々に襲う大きな壁を乗り越えて気づいたこと、伝えたいこと、その一つ一つが私たちの心に深く響いた。



ホールの全ての椅子を人が埋め尽くす中、壇上に車椅子で登場された岸田さん。そこには人生の大きな絶望の淵を3回乗り越え、「今が一番幸せ」と仰る素敵なお笑顔があった。

1つ目の試練はダウン症のわが子の出産。わが子や周りに申し訳ない気持ちでいっぱいだったが、自分に笑いかけてくれ、人より遅いが少しずつ成長し、他の子どもたちと一緒に、地域の小学校に通った息子。今は就労支援で働き、自宅近くのコンビニにおつかいにいけるようになった。息子は人と違っても良い、幸せっていっぱいあると気づかせてくれた。

2つ目は夫の突然死。前日もいつものように中学生の反抗期の娘とささいなことではけんか、「パパなんか大嫌い、死んじゃえば良い」その夜、突然の夫の死。夫が教えてくれたこと。命には必ず限りがある。時間は有限。大切な人にありがとう、ごめんねを必ず伝えること。

3つ目は夫の死後3年後、自分自身に起こった。大動脈乖離発症。一命を取り留めたものの、手術後下半身不随となり、日常の当たり前を失った。「なんで生きているんだろう。どうやって死ぬんだろう」と、辛い気持ちを押し殺し、子どもたちにはうその笑顔でいた。その無理も限界に達していたとき、娘に初めて、「ずっと死にたいと思っていたのにうそをついていた、明日死ぬことを許してほしい」と話した。娘は「死にたかったら死んでもいいよ。私は許す。」と。死なないでとは言わなかった。心が楽になった。頑張らなくてもいいんだと思った。この事で生きようと思った。歩けなくても出来る事がある。110センチからの気づきは自分の使命だと。あるとき死ななくてよかった。絶望、悲しみがあつたからこそ今がある。

娘は大学生時代から起業し、ユニバーサルマナーを推進している。相手の立場で考え、行動に移す。どんな障害のある人にも「何かお手伝いできることはありますか?」と一歩踏み出して欲しい。

岸田さんは自分の人生を通して、参加者に自分の思い込みや価値観にとらわれて苦しんでいないか。諦めていないかと語りかけて来た。視点を変え、どんな出来事があっても、受け取り方で結果が変わる。

「死ななくてよかった。この先の私は出会う事すべてがきらきらしている。今を精一杯生きます。」と締めくくられた。

心が震えた。苦難に出会った時あなたならどう乗り越える?あなたはどうか生きる?と問われている気がして、自分の今までを振り返った。立ち止まり、諦めている自分がいて、リスタートしたくなった。まずは笑顔でいることから始めます。(広報委員会)



サインの風景

傾聴セミナー&電話相談ボランティア説明会

1月29日、2月26日、3月12日の3回、異なる会場で「傾聴セミナー&電話相談ボランティア説明会」が行われました。安田一之氏の「いのちの電話あれこれ」の講演に続き、養成・研修委員の話、そして事務局長による説明会という内容でした。

「いのちの電話あれこれ」では、いのちとは何か、聴くことは人間に何をもちたすのが、また聴くことを目的としたいのちの電話が目指すもの、などの深い話が語られました。いずれも深く重いテーマですが、安田先生のユーモアを交えた的確な話しぶりに強く引き込まれました。また、養成・研修委員から、いのちの電話の歴史、相談員の思いなどが話されました。

参加者は総勢44名、傾聴やボランティアに興味のある方ばかりで、いずれも熱心に聞き入っておられました。この中から一人でも多く、相談員養成講座へ応募して下さることを願っています。



エルダーものがたり XI (1978年～1979年)

三年間沖縄に居たため、ワイフと共に延ばしていた教会訪問と勉強がやっと出来るようになったのでアメリカに戻った。いくつかの教会がやっている「Contact」と言う電話相談活動を知った。「国際いのちの電話」関係と分かった。「いいね、日本にもそういう活動が欲しい」と思ったことを人に話したら、すでに東京で始まっていると知った。「よかった!私がいなくてもいい」と思った。東京に帰って安心感を味わっていたら、東京で英語で活動をしている五つの教会が電話相談を始めたいが、英語でカウンセリングの指導が出来る人は私を入れて三人しかいなかった。教会は募集、宣伝、運営などを管理するが研修を是非して欲しいと言われた。三人は話し合っただけでOKした。

「いのちの電話」の相談は世界中、ロジャーズ方式が中心です。彼は一番良い勉強は、相談員が自分の取ったケースを録音して指導者と共に聴くことだと言う。ところが、まだケースはなかった。二番に良いのはロールプレーという手法。ある人物の状況を聴いて、頭のなかでその人の感情、考えなどを作り上げる。つまり、自分でない人の事を理解すること。研修生は皆、人物の事を簡単に紙に書いて床に置いた。それを誰かが拾って演じる。私が先にする事になった。拾って読むと、「あなたは銀座の高級バーのマダムです。お得意さんは付けが多い」全然経験がなかったが、いつものように目を瞑って考えてやった。大成功!ロールプレーの大切さが良く分かった。皆がやる気になった。

いよいよ準備が出来て、Tokyo English Lifeline (TELL)で電話を取る日が来た。

初日、アイルランドの神父が担当で、私はスーパーバイザーとして一緒に部屋に居たが、いくら待っても電話が鳴らない。「この電話は本当に通じるのか」と思って外へ出て公衆電話から掛けてみた。「Hello, this is TELL」と言うはっきりしたアイルランドなまりの返事!しかし、初日は全然掛かって来なかった。段々とTELLが知られるようになって電話は多くなった。スーパーバイザーは共に事務所に居なくて、自宅で待機するようになった。相談員は11時に戸締りして、すぐ隣の駅から帰ることが出来た。

ある晩、11時ちょっと前に女性の担当者が凄く怖がって言った。「どうしよう!私にはバカだった。男性からTELLに付いて、親切に色々聞かれた。最後に、寄付したいから住所を教えてください」と言われたので教えた。

そしたら、彼は「分かった。もう帰る時間ですね。玄関前で待っている。送ります」と言ったらしい。その頃、私の家は千葉市内で、一時間は掛かる。幸いに男性のスーパーバイザーの一人が事務所の近くに住んでいた。彼に電話して、来て貰い彼女を家まで送った。この出来事で私達は内部情報を絶対に漏らさないと言う大事な事を学んだ。私は五年間、教団関係の仕事を楽しみながらTELLと楽しく関わった。

その間、アイリンは仕事を探していた。アイリンも宣教師として日本に来た意識はあって、「宣教師婦人」ではなく、はっきりした立場が有る宣教師でありたいと思っていた。

ある学校から、少し勉強すれば専任に迎えると言われていたし、私はもっとカウンセリングを勉強したかった。宣教師の規定でちょうど私達は1年間勉強する時期だった。二人はアメリカに戻り、それぞれの道へと進み始めた。

しかし、その後アイリンは風邪が長引き検査の結果、リンパ腺の癌と診断された。

せっかく自分の道を見つけたのに実現できず、彼女の気持ちを考えると本当に辛かった。それでも私は予定していた病院での勉強に行った。私の先生は、私の道を理解してくれた。

アイリンは、数ヶ月の闘病の後、願いは叶うことなく53歳の夏、天国へと旅立って行った。

ウィリアム・エルダー (William Elder)



現在のエルダー氏

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、現在もグループリーダー、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。

あたたかいご支援ありがとうございます

2018年11月1日～2019年2月28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。今後ともご支援、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	大塚 昭男	北之坊 皓司	菅谷 道子	長尾 文雄	菅田 俊郎	山田 孝彦
石原 紘	大塚 伸二	小村 典子	杉浦 眞喜子	長野 加代子	松野 五郎	山本 雅司
石附 康子	大津 久直	佐治 美知子	杉山 邦子	中野 爲夫	眞野 和子	湯尾 弘司
伊藤 誠一	小頭 誠	左藤 章	隅田 保	中野 桂子	三浦 直之	米澤 澄子
今村 良子	岡本 喜子	佐野 由紀子	竹村 武男	西田 和子	宮下 弘道	匿名 18名
入江 保夫	小川 弘二	幣原 直子	田中 豊子	林 和子	宗行 孝之介	
上仲 卓也	落合 雅子	柴峠 隆士	田辺 昌良	林 幸	村井 雅敏	
上村 あけみ	片山 巖	鳥田 榮一	土屋 俊平	平栗 勲	森田 和典	
宇野 徹	神谷 尚孝	下岡 佳子	妻鹿 泰子	藤田 淑雄	安岡 久美子	
大坂 雅巳	神田 葉子	笑福亭 松枝	道免 逸子	藤原 正巳	山内 通生	
大谷 遼	岸本 彰五	白方 誠彌	所 公子	古坂 啓子	山口 健一	

【団体】

援助マリア修道会 (西宮)	聖心会 小林修道院	日本基督教団 千里丘教会
援助マリア修道会 (福山)	聖パウロ女子修道会	日本基督教団 塚口教会
大阪聖愛教会	聖バルナバ病院 (サマリヤ会)	日本基督教団 天満教会
大阪聖アンデレ教会	聖母奉献修道会	日本基督教団 豊中教会
大阪帝塚山ライオンズクラブ	聖ヨゼフ宣教修道女会 眞面修道院	日本基督教団 東梅田教会
大阪ひごばし法律事務所	日本イソクリト教団 垂水教会	日本基督教団 武庫之荘教会
大阪YWCA	日本カトリック教会 玉造教会	日本自由メソジスト教会 布施源氏丘教会
小林聖心女子学院 中高奉仕部	日本カトリック教会 眞面教会	日本聖公会 大阪教区婦人会
オフィスTEMMA	日本基督教団 大阪教会 婦人会	日本ナザレン教団 大阪桃谷教会
カトリック鈴蘭台教会	日本基督教団 池田五月山教会	日本バプテスト宣教師 池田キリスト教会
関西学院宗教活動委員会	日本キリスト教会 池田教会	能勢ライオンズクラブ
汚れなきマリアのクラレチアン宣教	日本キリスト教会 大阪北教会 社年会	融通念佛宗 法蔵寺
修道女会	日本キリスト教会 西宮中央教会	(株) マツヤ
合資会社 寿屋	日本基督教団 阿倍野教会	レデンブトリスチン修道院
コニシ株式会社	日本基督教団 石橋教会 婦人会	YMCA サンホーム
在日大韓基督教会 京都教会 向上社 保育園	日本基督教団 大阪教会	匿名 1件
在日大韓基督教会 堺教会	日本基督教団 大阪東十三教会 女性の会	
菅原天満幼稚園	日本基督教団 聖峰教会	

◎他に相談員・理事・評議員・有志などが支えています。

こんなこともやりました！おりました！

2018年12月～2019年3月

- ・ 12月7日 大阪 YMCA 学院高等学校「共生社会」講義
- ・ 1月17日 博愛社地区懇談会
- ・ 1月29日 傾聴セミナー・相談ボランティア説明会 (豊中市)
- ・ 2月2日 公開講座
講師：岸田ひろ美さん 大阪YMCA会館ホール
- ・ 2月4日 第2回理事会
- ・ 2月26日 傾聴セミナー・相談ボランティア説明会 (梅田)
- ・ 3月3日 認定式・永年感謝式 祝賀会
- ・ 3月12日 傾聴セミナー・相談ボランティア説明会 (十三)
- ・ 3月14日 第3回理事会・第2回評議員会

2018年度歳末募金のご報告とお礼

関西いのちの電話事業のために、ご支援・援助を賜りありがとうございます。さて、昨年12月より、歳末募金を皆さまにお願いしましたところ、個人献金(98件)800,806円、団体献金(42件)524,906円、総額(140件)1,325,712円の寄付をいただきました。(3月12日現在)。

ここに、結果をご報告し、ご協力いただきました皆さまにお礼申し上げる次第です。どうぞ今後ともご支援のほどよろしくお願い申し上げます。(財務委員会)

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。いのちの電話の活動を支えてください。

募金をお願いします

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。
口座名義：社会福祉法人関西いのちの電話
口座番号：ゆうちょ銀行 00990-3-68480
：三井住友銀行 十三支店(普) 998829

53期認定式・永年感謝式



今年は例年に比べて寒かったのでしょうか、庭の緋寒桜がようやく5分咲きとなった3月9日、53期認定式・永年感謝式が行われました。

2年間の養成実習を終え認定された53期生16名に認定証が、活動10年の方14名、20年の方11名、30年の方3名、そして40年の方3名に感謝状が贈られました。認定され、安堵と緊張の入り混じった53期生の表情、また10年から40年と活動を続けてきた方たちの感謝の思いがあふれるスピーチに、皆、今後の活動に対しての思いを深くしました。とりわけ30年の方からは、平成元年に認定され平成の時代全てを活動したこと、40年の方からは、創設間もない木造の畳敷きの部屋での活動であったことなどが語られました。

52期生が心を込めて準備した祝賀パーティでは、事務局長退任、新事務局長就任の挨拶、また93歳のエルダー先生の退任の挨拶があり、時代の移り変わりを感じつつ、脈々と受け継がれていくいのちの電話の重みを感じずにはいられませんでした。

40年間の思い

井の中の蛙が初めて一人立ちできたのが、このいのちの電話によって人として多くのことを学び、少しは社会の為に役にたったかと自負しております。

まさかこんなに永く関わるとは思いませんでした。知らぬ間に40年、私のまわりにも多くの変化、良き友に出会い導いて下さった人々に感謝。

かけ手の苦しみ悲しみが伝わってきて、唯、思いを受け止めることしかできないで悩んだこともあり、教を乞うた先生方や仲間聞いてもらったり、初心にて「答を出すことは出来ない」と教えられ、「傍に座して背にそっと手を添えてあげる気持ちを大切に」と一生懸命耳を傾けました。

この40年は、何ものにも変えがたい、私の心の宝だと思っております。 12期 A.E.

ポーと生きて

さしたる目的もなく興味半分、ふわふわとした気持ちでのぞいたのが十数年前。研修が始まり、もう何年、何十年も続けているという相談員、講師の方々の使命感あふれる姿が今でも強く印象に残ります。講座そっこのけで「どうして？」一人一人に尋ねてみたい気持ちにかられました。齢を重ねるだけで苦労も知らず、ポーと生きてきたからそういう疑問が強く湧いたのかなと思います。認定後の電話相談では、自分のすぐ身近に居るであろう人の様々な苦悩の様子を知り「何で？どうして？」と驚きの連続。ここでも自分の世間知らずを思い知らされました。回を重ね目を閉じれば、あの時聴いたあの人は今、どうしているかなあと思出すことが時々あります。生来のポーとした生き方は変わりませんが、毎月のグループ研修、力を合わせてのパザー等を通して多くの人に出会い、励まされ、少しは地に足の着いた状態になりつつあるかなあと思う今日この頃です。 44期 T.E.

いのちの電話と私

今まで考えたこともなかったのですが、私たち24期の仲間は、平成元年に認定を受け、平成の終わる今年、30年の感謝状をいただきます。平成という時代に、関西いのちの電話の相談員として活動に携わせていただきました。私のような根気のない者にも、よくぞ30年間も続いたと我ながら感心しています。

私はいのちの電話のかけ手の方々に30年の歳月をかけて育てていただきました。狭い心しか持たない私も、やっと心が広くなりました。怒りんぼの私でも、少しは笑えるようになりました。今では、まだ暗い早朝、いのちの電話に出かける私に、夫は決まってこう言います。「よほど、いのちの電話って楽しいところなんだね!」と…私は真っ白な霜の降りた道を「いのちの電話の中毒患者かも?」と、一人で笑いながら電車に乗ります。私は、いのちの電話が大好きです。

今まで、活動を支えていただきました、いのちの電話の関係者の皆様、ありがとうございました。感謝の気持ちでいっぱいです。

24期 S.F.

20年目の雑感

養成研修で模擬相談の聞き手になった時、指導のH先生から「あなたの聞き方は電話相談ではなくインタビューだ」と評をうけた。それが私の出発点である。20年後の今、自分はどんな聴き手になったのだろうか。少なくともインタビューと相談員の違いはわかるようになった。

電話相談ではただただ圧倒される事例もあれば、私の心の小さな影にライトを当てて私自身を拡大して見せてもらえる多くのケースとの出会いがあった。自分発見のこの「拡大鏡」の魔力が活動を継続できた原動力のひとつだと思っている。人さまのためだけのボランティアなら、私には到底続けてこれなかっただろう。

20年のこの節目に、研修で学んだ基本を再確認し、慣れに乗じた説得や喋りすぎは禁物、と改めて戒めている。組織運営や研修グループにたいした協力もせず、皆さまの寛容さで今までお付き合いいただいていることにも感謝していることを最後につけ加えたい。 33期 Y.A.



問いかけることと共感⑩ 「傾聴の第一歩」

電話相談の基本は傾聴です。この傾聴の第一歩はかけ手の気持ちをくみ取ることです。

受話器から伝わってくる相手の話し方、声の調子、沈黙の様子、かけ手の声以外にその背後から聞こえてくる物音などから、相手が今、どのような場所に居て、どのような心の状態なのか、どのような気持ちなのかをしっかりとくみ取っていくのです。

うれしい、怒り、寂しい、楽しいという喜怒哀楽の気持ちだけでなく、落ち込み、不安、あきらめ、絶望、死んでしまいたい、恥ずかしい、もどかしい、意気込む、あこがれるなどという細かい心の状態まで、察知し理解することが傾聴の第一歩なのです。

まだこの時点では、相手の気持ちを丁寧にくみ取ること集中することが、これ以降の関わりに大きな影響を与えるのです。

ここでの気持ちのくみ取り方は、目に見える観察では

なく、耳で聴く観察、あるいは心で感じ取る観察と言い換えてもよいかと思います。

その際に気をつけることは、相手の気持ちに対して善悪や好き嫌いといった自分の判断を加えないようにすることです。

それから、この第一歩で十分に聞き取ったことを活かして、次にそこで聞き取り、感じ取った相手の気持ちを聴き手の言葉で伝え返すのです。たとえば、「心配なのです」と言われたら「心配なのです」と反復するのです。これにより、自分が理解していることを相手に伝えることになると同時に、相手に自分の気持ちをくみ取ってもらったという安心感を与えることになるのです。

時には、相手が口に出して伝えてくれない場合もあります。そんな時は、相手の息づかいや間合いなどから感じ取った相手の気持ちをこちらの言葉で反復するのです。たとえば、相手が弾んだ声だとすると、「気分がよさそうですね」「明るい雰囲気が出ていますよ」など穏やかな声掛けをして、相手の気持ちを反復することで、信頼関係が生まれるのです。

(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) 夕方(開演時間未定)

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」徒歩5分

※ チケットの取扱いは7月より行ないます。

問い合わせ先

関西いのちの電話事務局 TEL:06-6308-6868 FAX:06-6308-6180

E-mail: kaind@age.ac

この広報誌は、平成30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(寄付者)のみなさまに感謝いたします。

編集後記

「関西いのちの電話」の活動は、多くの「相談員」と善意の「支援者」の力で維持され、成り立っている。そのためには「ひと」と「かね」が、最低必須である。それらは「時」の流れに伴い「変化・安定」を繰り返している。

今号の記事に「新しく認定された相談員16名が活動に参加」「事務局長の交代」「エルダーさんの退任」と「ひと」の変化が、更に「財政的に安定」「歳末募金総額132万円」と「かね」の動きが、記述されている。

「ひと」の出入りがあり、「かね」の動きがあり、それらが繰り返されている限り、「関西いのちの電話」の活動も続くことを確信できる。

(HS)

電話相談受信状況(2018年~2019年)

受信月	11月	12月	1月	2月
受信件数	1,846件	1,954件	1,890件	1,692件
相談員数(延)	484人	498人	496人	436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 <http://www.kaindnew.com>