

関西いのちの電話

こころがつかれたら…06-6309-1121

自殺予防いのちの電話(フリーダイヤル)0120-738-556
毎月10日 午前8:00～翌日午前8:00



「聴くことは、いのちをつなぐこと」

関西いのちの電話 理事長 イ チョン イル 李 清 一

関西いのちの電話が発足した1973年の自殺の数は、18,859人でありました。しかし残念なことに、その25年後の1998年から自殺者は一挙に30,000人を超え、以来12年間3万人を下ることはありません。この統計には見えてきませんが、自殺未遂者数は既遂者の10倍と推定されています。2003年、世界保健機関(WHO)は「自殺は、その多くが防ぐことのできる社会的な問題である」とし、自殺防止のための行動を促すことを目的とした「世界自殺予防デー」(9月10日)を設立しました。今では自殺は社会の努力で避けることのできる死であるということが、世界の共通認識となっています。

日本でも内閣府は、「自殺対策の究極の目的は、全ての人にとって、生きやすい社会・暮らしやすい社会に変えていくこと」(『自殺対策白書』平成20年版)としています。

関西いのちの電話の自殺防止啓発事業の一つに、一般を対象にした公開講座があります。今年も2月に柳田邦男さんを講師に招いて開催されました。

「いのちを見つめて」—心の危機と再生の道—と題したお話しは、大阪YMCA会館に集った500人ほどの人たちに大きな感銘を与えるものでした。柳田さんは、自らの体験を通して、生きにくい時代になっている今日、「人間が生きるとは」という根源的な問いに対して、深い示唆を与えてくださいました。私たちがこの時代に見失いがちのものが何であるのか。生きにくい社会に真剣に向かい合う中で、乗り越えるためのヒントをたくさん気づかされました。「相手を生かすことで自らも生きることができる」ということもその一つです。柳田さんは予定された90分をはるかに超えて、「いのちを見つめて」こられた自らの体験をあつく語られました。

それは長年にわたって、「聴くことは、いのちをつなぐこと」であると自殺防止に取り組んできた、関西いのちの電話に携わる私たちへのエールであると強く感じられました。

第28回関西いのちの電話公開講座

いのちを見つめて

心の危機と再生への道

講師 柳田邦男氏

本年度の公開講座は、柳田邦男氏をお迎えし、2月27日(土)大阪YMCA大ホールに200人を超える参加者を得て開催された。

いまは年間3万人を超す自殺者が出ている状況で、人は生きづらくなった時何が支えになるのか、支えになるというのは、どういう人間関係なり言葉なりあるいは自分自身の体験といったものが、どこからきているのか考えてみると、具体的なエピソードをあげてお話をされた。一例をあげれば『知的発達に障害をもつ子が、友だちに“一緒に遊ぶと馬鹿になるから遊んではいけないとお母さんに言われた”と一緒に遊ぶのを断られ、その子は“じゃあまたね”と笑って別れた。それを見て母親は我が子が不憫で不安神経症になってしまった。その後、参観日にクラスの全員の作文が披露され、自分の子が“あちゃんがわたしをばかだといった。わたしはそれをきいたママがかわいそうでした。わたしがばかだからママがかなしみました。わたしのママはきれいでやさしい人です。ママをかなしませないでください”と作文に書いていた。何も知らないと思っていた子が、全てを知っていてなお且つ母親を気遣ってること知らされ、母親は自分のことにだけ拘っていたことに気付かされ、すぐさま自分の生きていく姿勢を立ち直らされた。子どもをどこにでも連れて行き、子どものことを話すようになった』など沢山の事例をあげて語られた。

そこでは、挫折から蘇った契機はさまざまで、

「お母さん私を見て、お母さんのおっぱいおいしい、でもおかあさん私を見てない、どこを見てるの？手に持ってるもの何なの？何でそればかり見てるの？おかあさんのお腹にいる時お母さんあったかかった、全部包んでくれたなつかしい。おかあさん私を見て、わたしここよ、私を一人ぼっちにしないで、お母さんは手のなかでピコピコ動かしているもの、そんなに大事なの」

荒川区の新生児家庭に配られる「ハンドブック」柳田邦男著より

単にいま生きている人やプラス要素だけでなく今亡き人、マイナスと思われることが逆に支えになっていることが沢山あること。人は個人個人それぞれ条件が違い、一般化できるノウハウのようなものはなく、具体的人生そのものである。また、記憶にない幼い頃の温もりのあるアタッチメントが、その人の安定感、安心感となっている。それがその人を支えていると考えている、とも述べられた。

その温もりのあるアタッチメントが、現在メディアの発達で急速に失われている、それを取り戻す特効薬、媒体が絵本であり、そのためご自身、絵本の読み聞かせの運動に力を入れておられる。絵本の読み聞かせの実践と絵本にまつわるエピソードなどを、スライドをスクリーンに映しながら語られた。それは、①友人の娘さんの家族の海外生活での実践、②東京都荒川区での絵本活動での柳田邦男賞、③コレット・ニース=マズール著「でも、わたしいきていくわ」、パリの出版社で直接手に入れた「ヤクーバとライオン」上下巻の翻訳、などのエピソードや、沢山の絵本の読後感想文であった。

柳田邦男賞や、翻訳本に寄せられた読後感想文を読むと、子どもたちが絵本の読み聞かせを受けることにより、自己内省力と自分の考えを身に付けていくようすがよく分かる。その経験があるかないかで、その人の人生は大きく違って来るだろう。

生まれた時からのアタッチメントが、絵本の読み聞かせをすることによって養われる。人間の中核の自己内省力をもった自己肯定感により、子どもが大木のようにすくすく育つ。それが大きな目で見た、自ら命を絶つ不幸を防ぐ、一番根源的な取り組みではないかと思うとお話を結ばれた。

2時間に亘るお話に、参加者一同感動いたしました。

(文責 広報委員会)

歳末募金ありがとうございました

「関西いのちの電話」は2009年度の歳末募金で、165件、総額で2,019,803円(企業・団体 43件・753,310円)(個人 122件・1,266,493円)のご寄付をいただきました。みなさまのご厚意に深く感謝をして、心よりお礼申し上げます。いのちの電話は、いつでも誰でも、どこからでも掛けることができる、年中無休の相談電話です。

「関西いのちの電話」は掛け手からの様々な今の気持ちを聴こう、受け取ろうと、相談員の無償の奉仕で活動を続けていますが、公的援助が限られており、ほとんどの活動資金を企業・団体、個人からのご寄付に頼っているのが現状です。みなさまの温かい資金援助は応援歌のように私たちに励ましてくれます。有効に使わせていただきます。

支援の声をいただきました

わたしたちは団塊の世代です。小さいときは人数の多いことが喜びであり誇りでした。しかし、高校以降は競争、競争の連続で、振り返れば、今日まで激変する社会をよく生きぬいてきたものだと思います。最近、仲間が一人ひとりぬけていきます。団塊の世代の厳しさを物語っているようで他人事とは思えません。いのちの電話のみなさま、24時間、電話を聴きつけていただいで、ご苦労さまです。悲しい、さびしい、

むなしい、いろんな気持ちを、そして、時には死にたくなるほどの辛い、苦しい気持ちを聴いてくださっていることと思います。わたしたちは、相談員のみなさまのように活動できません。でも、いのちの電話の活動に賛同して、わずかでも寄付をさせていただこうと思っています。そして、このような支援の輪が、ますます広がっていくことを願っています。近江兄弟社学園卒業生(22・23会)有志

永年活動ご苦労様でした

3月13日(土)30年・20年・10年の間電話相談員としてご活動されたみなさまへの感謝式がありました。これから健康でご活躍くださいますようお願い致します。永年活動の皆さまの代表として30年間ご活動されたお二人の方に原稿を戴きました。

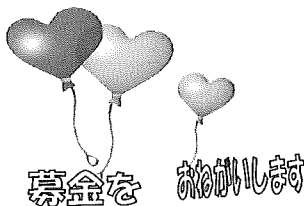
30年になりました。

「30年も長く続けるコツは何ですか？」認定4・5年までの方によく聞かれる。何がそうさせたのか。「80年生きたのは死ななかつたから」とよく似ているような気がします。つまり「辞めたいな」と思った時、辞めなかつたから30年続いたと言う事かも知れない。13期で相談員として登録しているのは私だけになってしまったが、理事や講師・リーダーとして貢献している人も数名いる。同期の繋がりほとんどないが、一人一人が大切な存在として受け入れられている。30年続けられたのも、私のような平凡な人間が、良い先輩・友人に恵まれて、必要な人材として認められたことにあると思います。電話担当だけでは、嫌な思いの方が多かったかも知れない。良い仲間と楽しく

活動できたことが、私には形のない大きなプレゼントであったようです。あと何年続けられるでしょう。(13期 K・Tさん)

電話相談30年の歳月に今、思うこと

会社定年(55歳)を期に「いのちの電話相談」に関わって以来、30年の歳月が流れる。常時、悩み・苦しみを訴えるクライアントに対し、ひたすら傾聴と共感に明け暮れた日々を回想する時、微力ながらも相手の心の友になり得たであろうかと自問自答する。決して満足納得し得るものではないが、今日まで無事健康に恵まれ、多くの相談員仲間と共に、この尊い人間のいのちにかかわるボランティアをさせて頂いたことに深く感謝いたします。(14期 T・Oさん)



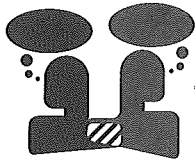
24時間・365日「眠らぬダイヤル」として 相談活動をおこなっています

皆さまのご支援が いのちをつなげ、電話をつなぎます。
活動資金が必要です。いのちの電話の活動を支援してください。

口座名義：社会福祉法人・関西いのちの電話 理事長 李 清一
口座番号：郵便局 00990-3-68480
三井住友銀行 十三支店(普) 998829
※社会福祉法人へのご寄付は税制上に優遇されます。

「関西いのちの電話」ホームページ/ <http://www.kaind.net>





傾聴と共感(4)

「相手を認めること」

3歳児の子育て中の30代後半の女性の電話。自分の子どもを友人の子どもと比べると発達が遅いように見え、変な子どもに育つのではとの不安を抱いていると訴えています。

聴き手は、彼女の子育ての不安を受け止めようとして、耳を傾けていると、彼女は自分のことを話し始めたのです。数年前の結婚まで、キャリアウーマンとしてばりばりと仕事をしてきたこと、比較の対象にしている友人は元の職場の後輩。職場では良くできる人と後輩から見られていた。しかし、子育ては後輩に負けているのではないかと。自分の幼いときに母親は不倫で家を出ているので、それが負い目となっているとなど。夫は、比較などしなくてもそのままでもいいよと言ってくれるのだが…。

聴き手は、彼女の訴えのどこに焦点を当てて聴いていけばよいのかに迷うのです。職場のよう

にはうまくいかない育児という仕事、後輩へのライバル意識、本人の生育歴、夫との関係など。

育児不安の訴えと言ってしまうと、簡単なように見えるのですが、その背景を聞き想像すると、かけ手に寄り添うといってもさまざまな課題や切り口が見えてきます。

しかし、「今、ここ」つまり電話線でつながっているこの場で、何が出来るのかと考えると、わずかなことしかできないように思えるのです。それは、彼女の課題解決をお手伝いすることではなく、今不安に思い子どもの前で立ち往生している彼女自身の存在そのものを、受け止め認めることではないでしょうか。

例えば、「あなたは今、子どもの成長に必死に向きあっているのですね。これでいいのだろうか、どうすればいいのだろうか、間違っているのではないだろうかと心を配っておられるのですね。そんな努力で疲れておられるではありませんか。幼いのちに向きあうことは本当にしんどいことですよ。」
(長尾文雄)

社会福祉法人関西いのちの電話 第15回チャリティコンサート

小林道夫フォルテ & モダンピアノ

ヴァイオリン 桐山建志



曲 目：シューベルト 楽興の時（第1番・第3番）
ヴァイオリンとピアノのためのソナタ第3番ト短調D408
：メンデルスゾーン 無言歌集より（春の歌・紡ぎの歌・狩の歌…）
ヴァイオリンとピアノのためのソナタへ長調 ほか

日 時：2010年7月31日（土）開 演：午後4時30分

場 所：いずみホール（大阪市中央区城見1-4-70/JR大阪城公園駅より徒歩約8分）

チケット：前売り券 ¥2,500、当日券 ¥3,000円

問い合わせ：関西いのちの電話事務局 TEL・06-6308-6868

「関西いのちの電話」ホームページ/ <http://www.kaind.net>

電話相談受信状況

受信月	11月	12月	1月	2月
受信件数	1,626件	1,814件	1,837件	1,573件
相談員数(延)	396人	425人	458人	381人

44期相談員認定式、おめでとうございます

3月13日、44期の23名が認定を受けました。齊藤壹理事の祝いのことばのなかで「いのちの電話はいろいろな人と出会う場です」言われました。認定書授与のあとの感想で「2年間の研修は楽ではなかったが、仲間の励ましや、繋がりがあったから今日が迎えられ、やっとスタートラインに立てた思いがする」との声が聞かれました。

和田養成委員長からは「長い間お疲れさまでした。ここまで来た自分を褒めてあげてください。そして何よりも健康が一番と考えて、続けていけるように努めてください」と労いがありました。

編集後記

多くの人の善意、相談者の努力、経営者の熱意で、いのちを守ろうとしていることと思います。

堰の音 水の光や さくらさく (E.I)

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.kaind.net/>