



# 名古屋いのちの電話

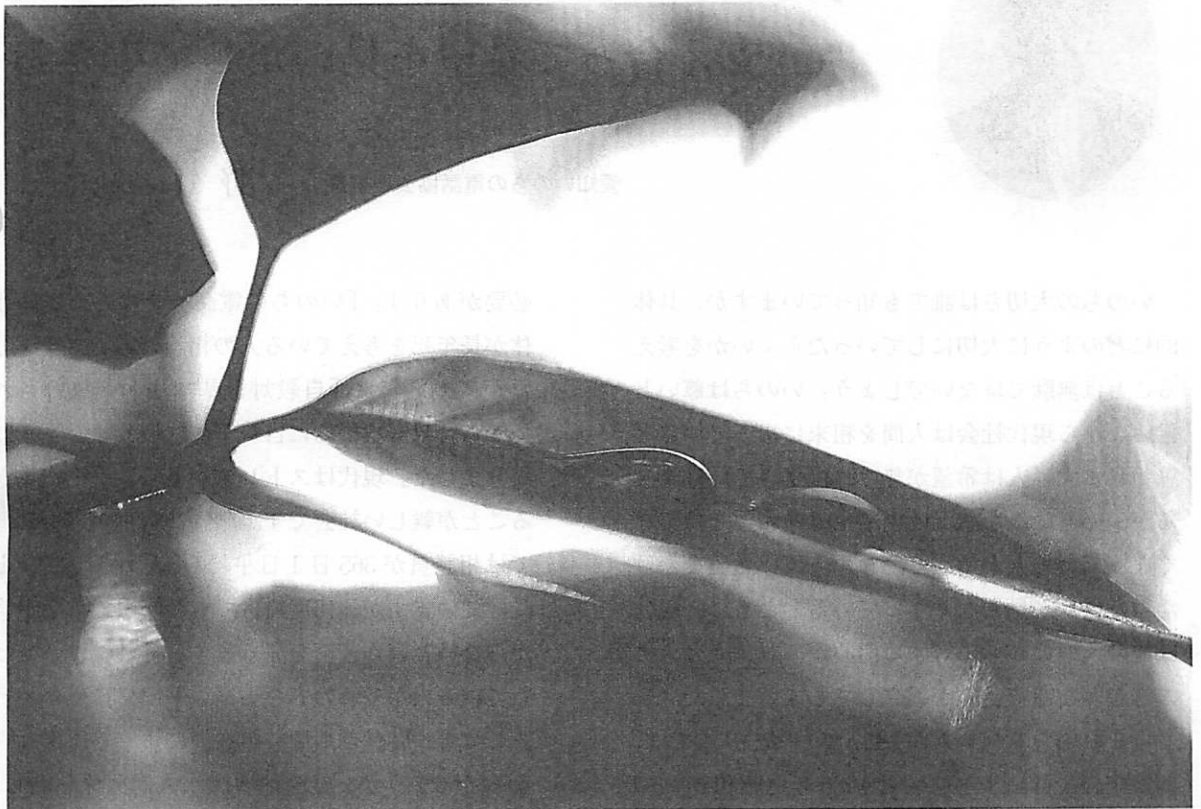


写真 服部 真由子

ころころ

谷川 俊太郎

ころころと

心はころがる

あっちへ

こっちへ

ころがってぶつかる

あっちの心と

こっちの心

だが時に

一瞬に溶けあう

朝の光に艶めく

みどりの葉の上で

ふたしずくの

露のように

谷川俊太郎詩集

「魂のいちばんおもしろいところ」より

株式会社サンリオ

苦しみを分かちあうどのような言葉があるのでしょうか? この深刻な問いをテーマに、自殺問題をさまざまな角度から考えてみようとするものです。各界の専門家にご登場いただき、今号から3回にわたって連載いたします。



## 与えられたいのちを 支え合って希望を見いだして生きる

愛知いのちの電話協会理事長 野村 純一

いのちの大切さは誰でも知っていますが、具体的にどのように大切にしていいたらよいかを考えることは無駄ではないでしょう。いのちは尊いと言いながら現代社会は人間を粗末に扱っていると思われまふ。人は希望が無ければ生きていけません、いろいろな状況の中で生きる希望を持ってなくなっている人が増えています。何に希望をかけたらよいかが見えなくなっているとともに、現代は他の人のいのちに対する関心が薄れ、人と人の絆が弱まって、人が孤立してしまいました。

自らいのちを絶つ人が1997年(平成9)までは、警察庁の統計によりますと1986年(昭和61)の25,524人をピークに2万人台であったのが、1998年(平成10)に32,863人と3万人を超えてから多少の推移がありながらも、2003年(平成15)の34,427人を頂点に10年連続3万人を超えて、一向に減る気配が見えないことに心が痛みます。統計になりますと数字ですが、それは数字ではなく人です。

また、昨年来の金融危機に始まる社会状況の激変によって、経済・生活問題、健康問題、家庭問題などの社会的要因によって死を選ぶ人が増えるのではないかと危惧されます。心理的要因ばかりでなく、社会的要因を取り除くように努める

必要があります。「いのちの電話」をはじめ民間団体が長年死を考えている人の相談に応じてきましたが、2006年に「自殺対策基本法」が施行されてから行政も本格的に自殺予防に取り組むようになりました。現代はストレスが多く、平穩に生きることが難しい社会です。「名古屋いのちの電話」では相談員が365日1日平均64人からの電話を受けていますが、何度掛けても話し中で電話が繋がらないという苦情を聞きます。それだけ必要としている人が多いのでしょうか。一口に自死と言いましても、時代と地域、年齢層によって原因は異なるでしょうが、社会的要因が人間関係を壊し、様々な要因と複雑に絡み合って最後には心理的に追い詰められて、死以外の選択肢が無いように思いつめてしまうことによるでしょう。また、その逆のこともあるでしょうが、悪循環に陥ってしまいます。たとえば、長時間労働を続けての過労自殺が労働災害として認められることがあります。それは過労によってストレスがたまり、家族や職場での人間関係が難しくなり、一人で思い悩んで死に至ってしまったことが労働災害として認められるのです。

現代のわたしたちの生活は忙しすぎます。忙しすぎると、心が枯れてしまい、心にゆとりが無く

なり、極端に言いますと目の前のこと以外何も考えられなくなります。大分前の話になりますが、ある大学で講座を受け持っていたとき、毎年学年はじめに、その年の講義を組み立てるために学生たちからアンケートに答えてもらっていました。関心のあること、大切にしていること等々です。その中で「一番安らぐとき、ほっとするとき」の問いに、「夜風呂に入っているとき」、「夜寝ているとき」という答が非常に多かったことに驚いたことがあります。予想していた答とあまりにも違っていたからです。学生たちのことを知らなかった不明を恥じましたが、同時にこれはこれから希望をもって新しい人生を送ろうとしている大学生の言うことではなく、人生に疲れ切った人の答ではないかと思いました。わたしたちは時には立ち止まって、難しい言い方をしますと、生きること自体に意味があるとしても、生きる意味は何か、人生を送るにあたって一番大切なものは何か、悩み苦しみが人生に持つ意味などの人間の根本問題について深く考えてみる必要があります。それらについて、たとえ漠然としていたとしても、答を見つけていくことも大切ではないでしょうか。

誰でも一人で悩んでいると、すべてが悲観的に見えて生きるための希望や光が見えなくなります。それをうつ状態というのかも知れません。そのとき、誰かに話をするだけでも気が楽になることもあれば、自分の思いを聞いて一緒に考えてくれる人がいたならば、自分で解決の道、生きるための光を見いだすこともできることもあるでしょうし、解決の道の示唆を受けることもできるでしょう。死を思うときには、冷静な判断ができなくなっている場合が少なくないと思います。そこで心の支えとなるものや人が必要になります。個人的なことですが、大学時代に二人の同期生が死を選んでしまいました。どうして誰かと相談しなかったのかと残念に思ったのですが、友情よりも競争関係にあり、信頼関係が築かれていなかった

と悔やまれました。死を考えると、大切な役割を果たすことができるのは、死の誘惑を超えることのできる生きていることの素晴らしさへの確信であり、家族であり、友人であり、職場の同僚などの周りの人です。本人が打ち明けなくても、周りの人が徴候に気づいて対策を講じることができれば、死を思いとどまることができるかも知れません。悩みを一人で抱え込まずに、誰かに打ち明ける必要があります。自分の悩みとして一緒になって悩んでくれる人がいれば解決の道を見つけることができるでしょう。もちろんそれだけで悩みがすべて解決するわけではありません。時には医療や法律の専門家の助けを借りることも必要になりますが、一人で悩んでいるとそのことさえも思いつかなくなります。

教会で働いておりましたとき、夜中の2時、3時に知らない方からよく電話がかかってきました。多くはなぜ電話をしてきたかわからない話で、特別な話ではありませんでした。夜中に淋しくなって誰かの声を聞きたくて電話をかけてきたのかもしれないし、また、誰かに話すことによって自分の気持ちを整理するためであったのかもしれません。「いのちの電話」は万能とは思いませんが、匿名性ということから、家族にも、友人にも話せないことを話すことができるという意味があります。

「喜びは人と分かち合うと倍になり、苦しみは人と分かち合うと半分になる」という格言があります。「喜ぶ人と共に喜び、泣く人と共に泣きなさい」という聖書のことばのような支え合う人間関係が大切でしょう。わたしたちは気づいた時にはいのちが与えられていました。神から与えられたものです。また、自分だけのものでもありません。愛する家族のものでもあり、気遣ってくれている人たちのものでもあります。自分のいのちも他の人のいのちも与えられたいのちとして同じように大切に、希望を見い出せるようにして、支え合って生きることが大切でしょう。

(カトリック名古屋教区司教)



## 身近にあった死

共和病院院長 榎本 和

小学校4年の頃、病気のため学校に来られないN子さんに、一緒に楽しい経験をしてもらおうと考え、遠足に参加できるように計画した。幸いN子さんの体調も良く、その年の秋の遠足に行くことができた。しかしその3ヶ月後、N子さんはこの世を去った。学年最後の学級文集に「どうして病気が治せないのだろう。N子さんは死んでしまった。私は将来、医師になって病気を治したい」と書いている。この経験が医師になる大きなきっかけとなった。精神科医になった今、考えてみると彼女の体調を深く考えない私が遠足に無理矢理連れ出して、それが原因で彼女を死なせたという罪の意識から「医者になって…」というふう考えたのかもしれない。

次に医学部に入り5年生のポリクリ（実習）の時、5歳の少年A君の受け持ちとなった。A君は心臓病で入院しており、毎日、点滴をしなければならなかった。しかし血管が細いため血管を取り出して点滴をしていたと記憶している。痛みのため辛くて泣きながら耐えていたたいけない姿を見て「こんな小さな子が、何故こんなに苦しまなければいけないのか」と思っていた。

また私の学んだ大学には心臓血圧研究所という部門があり、たくさんの方の心臓疾患を持った子ども達が入院していた。子ども同士で楽しくゲームをしていた子ども達が次の日には手術室に行き、帰らぬ人となっていた。「何故、あの子達はもっと長く生きられないのか。残された家族達はどんなに辛いのか。もっと医学は人を救えないのか」と虚

しい思いをした。医学生時代に命に関わる様々なことに出逢い、私は最終的に精神科医を選んだ。

臨床という言葉は「死の床に臨む」という意味であるが、まさに身体科の医師は、白血病や癌などに罹患し、「死にたくない」と言いながら、死んでいかねばならなかった人々の最期を看取っている。しかし精神科医の直面する死とは、殆どの場合が「自死」である。出逢った人たちに死なれるという経験は少なからず精神科医の誰にもあるが、その都度、自身の力の無さや虚しさを感じる。そして中には精神科医を辞める人たちもいる。精神科医として約40年になるが、多くの児童・思春期・青年期の人達と出逢い、それぞれの「死にたい」という気持ちと向き合わねばならなかった。

ある人は『自殺マニュアル十二章』を見て「死のうと思ったが、思うように死ねなかった」と怒って電話をかけてきた。また心の病を抱え「先生は絶対治ると言ってくれない。その上、人として生きていく苦しみがある。もう生きられない」「死にたい」「死ぬしかない」「死んでやる」等と訴えた人もいた。この人達に「私はひとりの人間として、何を言ったら良いのだろう」と考える。

その時、私は彼等に対して心の中にある思いを伝えることしかできない。

とにかく生きていて欲しい。今日一日だけでも。だって此処にあなたの生きることを願う人間がひとは居るんだから、と伝えてきた。それでも彼等は「何故、死んではいけないのか」と問う。「あなたの親友が“死んでいい?”と聞いたら“良

いよ」とあなたは答えますか？」殆どの人が「“良い”と答えない」と言う。だったらあなたも死んではいけないと伝える。

死のうという人は半生可な気持ちではなく、その瞬間は心の底から訴えている。だからこそ治療者は何も言えなくなる。その時の彼等の虚無感や寂しさ、絶望が治療者を圧倒し治療者までもが絶望感に襲われる。しかし出逢ってきた多くの人たちは、今も生きてそれぞれの人生を送っている。そして、生きていて良かったという手紙をくれたり、元気に顔を見せてくれたりする。このことは希死念慮のある人たちの治療をするとき、どんなに勇気を与えてくれたか。

私が出逢った A 子さんは、思春期頃より優秀でまじめな学生だった。望み通り大学で心理学を学び、大学院へと進もうと思っていたが、学生時代に出逢った男友達に裏切られ絶望し抑うつ、学業に身が入らなくなり、その頃より希死念慮が心の中に生じた。自分自身を大切に思えず生きることに絶望し、捨て鉢な毎日を送っていた。そんな中で主任教授より紹介され、精神科を受診し精神科医の診察を受けながら心理カウンセリングが開始された。治療の道のりは苦しく思春期からの自らの体験や家族との葛藤を突きつけられ、自分を責め家族に対して怒りを感じ、しかしどうすることもできず治療以前にも増して希死念慮が強うつ状態になり、家庭に居られなくなり入院をしたが、入院中も何度も自殺企図を繰り返していた。その都度、診察をして死にたい気持ちに共感していたが、そんなある日、突然彼女は一年前から予定していた歌手のコンサートに行く許可を求めた。と同時に「コンサートが済んだ後、死ぬ」と宣言をしていた。そして「生きるのも人間の権利なら、死ぬのも権利でしょ。先生に止める理由はない。もうこの辛い人生に終止符を打つ。親も友人も関係ない、もうこの先の苦しみは要らない。先生今までありがとう。もう決めたから」この時、主治医の私にも、殺伐とした寂しさ、虚しさが心

を占めた。そして頭の中で「この人をコンサートに行かせれば99%死ぬであろう。強制的に引き留め、閉鎖環境に入れることもできるが、それでも死は止められないだろう」と思った。その時、彼女は「閉鎖病棟に入れたって舌をかんで死ぬからね」と言った。せつかく1年も前から憧れている歌手のコンサートに行くためチケットを買った A 子さんを、コンサートに行かせようという気持ちになり、私は「あなたが99%死ぬと知っているのに、コンサートに行かせる私も変わった医者だよ」と呟くことしかできなかった。

そして彼女はコンサートに行ってしまったが、出かけて3時間ほどした後に電話がかかり「先生には負けた。今日は死なない。明日病院に帰るから」と言った。その後、A 子さんはひとりの男性と出逢い、一緒に暮らし、そして結婚し、カウンセリングに通いながら自分自身の問題を解決し、仕事にも行けるようになり、しばらく通院も途絶えた。

そして数年経ったある日、A 子さんの夫、母親と3人で来院し「先生、心配してたでしょ。元気で幸せにやっている証拠を見せに来たんだよ」と言った。

色々な出逢いを通し、私が思うことは、人が死ぬときは神様のノートの中に決まっている。でも今は生きている。いつまで生きるか、いつ死ぬか、は分からない。だからこそ、今をより良く生きていくしかない。死にたいと思っている人は、誰かと話してみたい。この世に無駄なものはないし、全ての人がかけがえのないものだと思う。

(愛知いのちの電話協会理事)



## ご援助ありがとうございます

2008年10月より2009年1月末日までに下記の方々から暖かいご支援をいただきました。一同深く感謝いたしますと共に報告を申し上げます。(順不同・敬称略)

なお、上記期間内に何度もご寄付くださった方もお名前は1回にさせていただきます。

社会福祉法人愛知いのちの電話協会  
理事長 野村 純一  
財務委員会

### 賛助会員 A

榎本 和	中野 悦美	戸田 安士	豊田 彬子	浜下 訓子
石田 義人	大島 恭子	中川 安隆	水谷 宣美	梨本 将代
小笠原 覚	前田 豊子	豊坂 泰史	小山 勇	出口 美津江
下村 徹嗣	須田 静代	伊部 宏	佐々木 武昭	伊藤 みつ子
山本 秀樹	北 郁子	青木 恵子	塩野 高子	朽久保 滯子
宮之原 弘	高村 健二	井坂 津矢子	佐藤 あさ子	
永沢寺岡島博司	林高寺	愛知日野自動車(株)		

### 賛助会員 B

山下 志津代	溝口 興治	榊田 陽子	笠井 康助	菅原 和夫
菅原 美智子	大塚 幸子	柳澤 幸輝	諏訪 昭子	豊原 徳三
黒田 忠嘉	加藤 幸雄	宮内 英夫	朝見 鈴子	岸田 正倫
細川 志拓	相馬 幸佳	鳥居 平仁	鈴木 ひろみ	栗山 美津子
杉森 志乃	常富 佳次	寺田 仁計	加藤 明宏	山野 トシミ
森岡 諭	芝原 慶	金森 夕イ	村井みほクリニック	

### 賛助会員 C

早川 律子	真木 芳子	中出 智恵子	中川 晋介	山下 タカ子
和久 英子	三輪 淳子	石井 暁子	西尾 潔	北條 とく子
矢野 静枝	小野 宏	細川 美代子	福田 忠徳	矢満田 篤二

## 点滴

明治時代になって、日本が江戸時代から続いていた鎖国政策を解くと、西洋からそれまでの日本の文化には無かった言葉や価値観が多く入ってきました。それを私たちの先達は、新しい日本語として訳し、創作しました。

例えば「青年」という単語はYMCAが日本に紹介されたときに、Young Men の訳語として新たに作られました。また哲学者の西周は「哲学」や「演説」を作ったとされていますし、「情報」は恐らく福沢諭吉によるものだとされています。さらに今の医学用語の殆どは、この頃にドイツ語の翻訳語として新しい日本語に創作されました。

きっと意外に思われるでしょうが「愛する」という言葉も明治までの日本語には無く、聖書を日本語に訳す過程で造られた単語です。勿論、明治時代以前の日本語にも「愛」という漢字はありましたが、例えば、江戸時代のキリシタンが聖書の中の「愛する」ということを「御大切 (おたいせつ)」と表現していたように、大切に扱うという意味の「愛す」や、かわいいという意味の「愛しい、愛くるし」という使われ方はされていたのですが、「愛する」つまり「愛をする」という使い方はされていませんでした。

ですから、日本語における「愛」の表現する世界は、聖書の翻訳ということによって、大きくその概念が変化し広がったと言えるでしょう。

キリストはその教えの中で、最も大切なこととして「隣人を自分のように愛する」ことを挙げられました。このことは、宗教という難しい枠を越えて「いのちの電話」の大切なポリシーとして生きています。

他人の悩み、苦しみを自分のこととして捉え、そんな人に寄り添い、助けとなれば・・・。

私たちの電話相談の意味の大切さを今一度肝に銘じたいと思います。

(J.N.)

植木ヒロ口山田武昌小石川恵子平田たづ子飯塚重五郎  
 太田部立男加藤藤陽陽子小齊藤喜世子武嶋恵子湯瀬美郎  
 小川義雄・マリ子

寄付金

山吉石永浜伊中鈴木水岩佐々  
 口田井下藤川木谷田藤岡  
 幸郁朗洋訓雅鋪郁 圭治利  
 男子子子子子子子子子子子  
 塚鈴福河加伊柘山栗野森吉  
 田木原村藤藤植中田村 田  
 道美満清厚恵美子夫弓子一子男  
 生子江子子子子子子子子子子  
 岩稲野西滝下坪岡山子鶴  
 間垣崎山 出田田崎安野  
 哲吉雅えつこ順重里喜由崇秋  
 郎孝子子子子子子子子子子  
 小下阪林 小知和藤橋岡藤辺岡  
 川村田 和藤橋岡藤辺岡  
 邦明敏小夜子優伸勝文省直智  
 泰子子子江子人子吾人子  
 加坂近小木太伊柴浅杉杉  
 藤浦藤枝山田藤田野藤藤  
 倫正多清久真知マ協美順は  
 子輝美子美知子四郎津平子  
 子子子子子子子子子子子子

専念寺 川北電気工業(株) 建中寺 17期生歓迎会準備会 聖心同窓会東海支部  
 (株)みどり造園 (株)オチアイネクスス 聖霊病院 黒金化成(株) (株)中外 名古屋教会女性会  
 日本キリスト教団愛知教会 南山幼稚園・南山YMCA カトリック聖マリア在俗会  
 日本聖公会名古屋聖マタイ教会 金城学院大学キリスト教センター 日本基督教団名古屋中央教会

年末募金

榎望高佐岩菅志椰五田松見宮小  
 本月橋野田村川藤中本木内島  
 和成子子子子子子子子子子  
 武加岡矢満竹安中近大堤榊尾相青  
 田藤崎田村原谷藤橋 田 関川木  
 京省和篤絹律塩直玲 陽 静 義 栄  
 子吾子二子子子子子子子子子  
 橋岡青加平竹森水豊野加村白兒 金  
 本部島藤尾内田野田村藤瀬田玉 森  
 良美代子き 泉子子子子子子子子子  
 男子代子子子子子子子子子子  
 藤三岸稲高八岩水谷太村中伊泰  
 吉宅 垣木木田野口田瀬野藤良  
 康 正吉節武鏡 立文悦みつ子 眞理子  
 司功倫孝夫志一眞明男男美子  
 小三西秋河中粟多和中山倉岡山西  
 和輪尾田野谷田川野知本下村  
 優淳 あや登聖美い則トシミ佐博志  
 江子潔子子子子子子子子子子  
 子子子子子子子子子子子子子子

聖霊病院 聖霊病院 聖霊病院 聖霊病院  
 日本基督教団春日井教会婦人会 日本基督教団春日井教会  
 日本キリスト教会名東教会婦人会 日本キリスト教会熱田教会めぐみ会  
 日本キリスト教団熱田教会めぐみ会 日本基督教団春日井教会  
 日本キリスト教団半田教会 日本キリスト教団半田教会  
 日本キリスト教団広路教会 日本キリスト教団広路教会  
 聖ドミニコ宣教修道女会岡崎修道院 聖ドミニコ宣教修道女会岡崎修道院  
 日本福音ルーテルなごや希望教会 日本福音ルーテルなごや希望教会  
 カトリック長浦教会 日本基督教団名古屋中央教会  
 日本基督教団愛知守山教会 名古屋キリスト教女子青年会

法人会費

(株)東海通信資材サービス 杉山工業(株) (株)高木製作所 宝泉寺 豊田通商(株) (株)東郷製作所  
 あすてボランティア アイシン精機(株) (株)フジトランスコーポレーション 社団法人中村法人会  
 (株)ジェイテクト トヨタ自動車(株) トヨタ L&F 中部(株) 愛三工業(株) (株)東海理化

## 電話相談員を募集しています

さまざまな悩み、心の危機に直面しながら、身近に相談できる相手がなく、孤独の中にいる人たちがいます。「いのちの電話」は自殺防止を目的とし、訓練されたボランティアが「救いを求める叫び」としてうけとめ、電話を通してその人たちの良き相談相手になっていこうとする市民による活動です。現在約200名の相談員が、365日休むことなく電話を通して相談に耳を傾けています。あなたも「いのちの電話」の活動に参加してみませんか。

募集期間：2009年2月2日～3月31日

募集人数：100名程度

応募資格：20歳以上の方はどなたでも入門講座を受講できます。

電話相談員の認定を希望される方は、入門講座受講後、本講座を受講します。

研修期間：入門講座2009年4月～5月

本講座2009年7月～2010年2月 その後6ヶ月の実習研修があります

\*詳しくは名古屋いのちの電話事務局(052-971-5181)までお問い合わせ下さい。

## 賛助会員を募集しています

ご協力をお願いします

いつも資金ボランティアとして会費やご寄付をいただき有難うございます。心から御礼申し上げます。会員の皆様の倍旧のご支援と共に、会員増加の運動にもお力添えを賜りますようお願いいたします。社会福祉法人として寄付金の税法上優遇措置が受けられます。誠に失礼ですが振込票を同封させていただきます。ご利用くだされば幸いです。

- (1) 法人会費 年間5万円・10万円・20万円
- (2) 賛助会員(年間1口) A 10,000円 B 5,000円 C 3,000円
- (3) 一般寄付はご自由な金額で結構です
- (4) 夏期・年末寄付

口座名 社会福祉法人愛知いのちの電話協会

口座番号 三菱東京UFJ銀行大津町支店(普)477029

郵便振替口座 00810-8-53758

〔友の会便り〕

友の会は、「いのちの電話」に強い関心と愛着を抱く有志が、「いのちの電話」の充実に役立ちたいと折々に工夫を重ねている善意の積極的な会です。活動の内容は、奉仕の働きを中心に適宜親睦の機会も交えています。皆様のご参加、ご協力をこころよりお待ちしております。

2009年度友の会総会を開催いたします。

日時：2009年4月29日(休)12:00～14:00(軽食を用意いたします)

場所：名古屋いのちの電話会議室(近況報告・懇談・その他)

この「名古屋いのちの電話」の機関紙は、共同募金配分金によって作成されたものです。

社会福祉法人愛知いのちの電話協会  
名古屋いのちの電話

2009年春

〒461-8691 名古屋東郵便局 私書箱第257号  
事務局 ☎ 052-971-5181 郵便振替口座 00810-8-53758  
相談電話 ☎ 052-971-4343 三菱東京UFJ銀行大津町支店(普)477029  
携帯相談電話 NTTドコモ東海「#9556」

2009年3月1日発行  
発行人 野村 純一  
編集人 広報委員会