



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

<http://www.nagoya-inochi.jp/>

いのちの電話に感謝

加藤 倫子



いのちの電話に評議員としてかかわらせていただいて、10年以上になりました。相談員の方々の活動には、いつも感謝に堪えません。

電話を受ける相談員の方々は、電話応対をしながら、利用者さんの反応を、肌で感じつつ、受話器を置かれるのでしょうか。

一期一会で、互いに名乗らず、また「聴くに徹する」という応対ではあるものの、中には「あの電話の人はどうしたかしら？」と後々も思い出すこともあるとききます。アフターフォローすることが出来ないからこそ、気になるのでしょう。

先日、鉄道関係者からこんな話を聞きました。「(人のいない場所ではなく)人の多くいる駅で多くの飛び込み事故が起きるのは、最後の最後まで、だれかに止めてもらいたいという人間の心理によるそうだと。」

「そうなんだ！」

人間は、追い詰められて「もう駄目だ」「もうこうするしかない」と思い込み、頭の中はぐるぐると同じことだけが洗濯機のように回って、「ほかのことは考えられない」状態だと思っても、だれかに聞いてほしい、止めて欲しいと思っているんだと、腑に落ちました。

だから、いのちの電話は、続けていかねばなりません。

思い詰めた人の中に、いのちの電話の存在を知って、電話をかけてみようと思う人がきつといる、かけて来られる方が必ず存在すると思います。



潜在的に存在する、「私に声をかけてほしい」、「私の話を聞いてほしい」、「どうぞ止めてほしい」という思いが受話器を取らせるに違いありません。いのちの電話で思いを吐き出したら、きっとそれをきっかけに、方向転換ができる。自覚していなくても、深層では思いとどまりたいのだから。そういえば、秋葉原の事件では事件を起こす直前まで犯人はネットで発信していたが、「発信を見た人に止めてもらいたかったのだ」と、専門家が評されていました。

顔も見えず、名前も聞かず、そのときだけの、電話一本のつながりは、大海に小石を投げたごとく、小石は海の底に届いたのか、それとも流されてしまったのかとらえどころなく、その後のことを知る由もないけれど、鉄道のホームへ行く前にかけた人を思い留まらせることもある、大切なつながりです。

そんな眠らぬダイヤルの日々の活動に、私は敬意をもって、いつも感謝しています。

どうぞよろしく願いいたします。

(愛知いのちの電話協会評議員・弁護士)

 誰もが取り組むことのできる自殺対策へ 

南山大学社会倫理研究所 第一種研究所員 森山花鈴

ここ数年、若者の自殺の問題が大きくクローズアップされるようになりました。たしかに、自殺死亡率としては減少の幅が他の世代と比べて小さく、長い期間で見ると増加傾向にあります。ただ、自殺者数全体で言えば、今も中高年男性の数が多い現状があり、私個人としてはこの部分が見過ごされてしまうことを危惧しています。ニュースでも多く取り上げられるようになったことから、一般の皆さんも若者の自殺が多いということは知っておられるようですが、中高年男性が数としては多いということをご存知ない場合があります。こうしたことから、私は、どの世代が多いからその世代にのみ対策をするということではなく、できるだけ多くの方に自分に身近な問題として自殺対策に取り組んでいただけることができればと思っています。

私個人の話をさせていただくと、自殺対策に関心を持ったのは、大学2年生の頃です。当時、自死遺児のおかれる現状を知った私は、その後、あしなが学生募金のスタッフをするようになり、同年代の自死遺児が街頭で「自死遺族支援」や「自殺予防」を訴える姿を見て、自分には何ができるのかを考えるようになりました。実はこの頃の私は、元々は国際政治を専門にしようと思い、国際紛争を予防したいと思っていました。そして、紛争地域がいつか「日本のような」平和な国になれるように、国連職員などの国際的に活動する人になりたいと思っていました。

しかし、あしなが学生募金の活動をする中で、ある日、ふと、大きな国際紛争で亡くなる人の数よりも、日本で毎年自殺によって亡くなる人の数が多いということに気付きました。もし、国際紛争が無くなって、日本のような国になったとしても、自らのいのちを絶たなければならぬ国は、果たして私が目指す社会なのか—、そう疑問を持つ

ようになりました。もちろん、自殺にはそれぞれの理由があります。それが「追い詰められた末の死」ではない場合もあります。ただ、その中で、もし、何らかの社会的な手立てがあれば救われるいのちがあったのだとしたら、その部分で何かできることがないかと、この時点で国際政治学から公共政策学・行政学を学びたいと思うようになり、方向転換して今に至ります。

自殺対策に携わっている方は、医師の方や医療関係の方がとても多いです。とても素晴らしい活動をされていて、実際に多くの人に寄り添われています。そういった方に対して、私は直接何かできるスキルはありません。ただ、「普通」だからこそできることがあると信じて、今まで活動や研究を続けています。

人が自殺に至る直前には、97%の方が何らかの精神疾患を患っているといわれています(WHO)。この場合の精神疾患というのは、私は「こころ」というよりも「脳」という臓器の病気であると考えた方がわかりやすいのではないかと考えています。何か病気になったときに、人は悪化する前に対処したり、そもそも病気にならないように予防したりします(たとえば、肝臓に悪いからと言ってお酒を控えるなど)が、精神疾患の場合、この予防の部分への意識が一般的に希薄な気がしています。たとえば、睡眠をきちんととる、お酒を飲みすぎない、ストレスを回避する、きちんと食生活を送る、一人で抱えず、話を聞いてもらう—といった対処です。もちろん、精神疾患には様々な要因があり、それでも精神疾患を発症することもあります。何か社会的なストレスに起因する精神疾患であれば、そうなるもっとも前に、もしかしたらできることがあるのではないかと考えています。しかし、「こころ」の病として扱われることが多い精神疾患は、どこか「気持

ち」の方ばかりクローズアップされてしまう気がしています。

私は、できるだけ多くの方が精神疾患や自殺の要因に関する知識を持ち、「普通」の人が自殺対策に携わることのできる社会になればと思っています（追い詰められた末に亡くなる自殺が減り、自殺対策そのものが必要なくなる社会が理想ではありますが）。医療が必要な場合には医療に頼ることも大事だと思いますが、「普通」の人だからこそできることがあると思っています。そして、そうした活動が広がる中で、少しでもいのちの電話の活動や自殺対策に携わってくださる方が増えることを願います。そして私も、自殺対策—いのちの支援—が、専門家だけでなく、もっとより誰もが取り組むことのできる対策になっていくことができるよう、その一助となれればと思っています。

なお、私の所属する南山大学社会倫理研究所では、現在、「いのちの支援」研究プロジェクトというプロジェクトを始動しています。このプロジェクトは、自殺の問題を中心に、私たちの生命、生活、人生に関わる諸問題を「いのち」の問題と捉え、その対処について、当事者の自律的な活動から国・行政の施策に至るまでを幅広く「支援」

と位置づけ、「いのちの支援」にかかわる多様な課題について総合的に取り組む研究プロジェクトです。一般向けの懇話会や、多分野・多職種の方々と意見を交換しあう勉強会なども実施しておりますので、ご関心がありましたらぜひご参加ください（南山大学社会倫理研究所 Web サイト <http://rci.nanzan-u.ac.jp/ISE/ja/>）。

これまで、私自身、いのちの電話に携わる皆さんと接する機会が多くありました。活動をお伺いする中で、いのちの電話の皆さんの活動は、多くの方々の支えになっていると感じています。電話を通じて、顔は見えないけれど、大切な人の死など解決できない問題があるときに、そばに誰かが寄り添ってくれているだけで、気持ちはやわらぎ、孤独感はなくなっていくはずです。自殺対策の鍵となるのは「孤独・孤立を防ぐ」ことであると私自身感じており、それは上でも下でもなく、対等の「普通」の立場でなければできないことだと思っています。社会的な要因から、自分自身のことだけでも精一杯でなかなか余裕が無くなってしまっている時代ですが、一人ひとりが少しずつ何か助ける社会になることができればと思っています。

最後に、いのちの電話に関わる皆さまのご健康を心よりお祈り申し上げます。

賛助会員コーナー リレーメッセージ

地域の「コミュニティセンター」づくり を目指して



ユニー株式会社

秘書室 室長

渡辺 恭

ユニー株式会社は、2012年度より『愛知いのちの電話協会』様の賛助会員として、活動支援をさせて頂いております。

先日、『愛知いのちの電話協会』様から、「病气、失業、介護疲れ、職場の人間関係、学校でのいじめなど、現代社会を生きる苦しみが話題になる中で、相談件数が増える一方、人手不足

は慢性化しており、ボランティアの相談員の負担は小さくない」とお聞きしました。それでも「電話をきっかけに立ち止まり、自殺を思いとどまってほしい」との相談員の思いが、地道な取り組みを支えているとお伺いいたしました。

私たちも賛助会員といたしまして、ショッピングセンターを通して、地域の皆様のお役に立てる「コミュニティセンター」づくりを目指しています。ショッピングはもちろんエンターテインメントや行政機能、カルチャーなど、“楽しさ”や“賑わい”をご提供し、皆様の利便性やコミュニケーションの場として『愛知いのちの電話協会』様の活動の一助となるよう取り組む所存でございます。宜しくお祈りいたします。

24期生 相談員活動開始

2016年11月に、いのちの電話相談員として認定を受けた24期生が、活動を開始しています。ひとり立ちして半年が経過、今の思いをアンケートに答えて頂きましたので、ここにまとめて紹介します。

【相談員になろうと思ったきっかけ】

- ニュースでどこかのいのちの電話の相談員が足りないという内容を知り、ネットで調べたところ、名古屋いのちの電話の募集のページに辿り着いた。
- ニュース等を見聞きして、生きにくい世の中になっているように感じており、何か自分にできることをしたいと前から思っていた。
- 自分にできそうなことで、何かお役に立てるといいなと思った。
- 生活に変化がありその折に、偶然友人が相談員募集の書類を持ってきてくれた。今までになかったことを少しやってみたいと思った。
- 命は大切なので、繋げる電話をとれる人になりたいと思った。
- 色々な方面からの情報で、ひとりで悩んで、ひとりで亡くなっていく方々が多くいらっしゃることを知り、何か自分にできることはないかと考えていた。
- 自分自身も10代の頃生きづらさを抱えていて、話を聴いてくれる周囲の人々に助けられ、話を聴いてもらうことで、何かが変わる経験をしたことがあったので、同じ状況の方々のお手伝いができるかもしれないと思った。

【相談員になって、今、感じること】

- 色々な悩みがあるなあと思った。
- まだまだ未熟なところを一日も早くなくし、利用者さんに寄り添えるようになりたい。
- いろいろと勉強になっているので、継続していけたらいいなと思っています。
- 世の中には本当に色々な悩みを持った方々が、いらっしゃるのだと思った。
- 人生の岐路に立って、相談員どころではない時があったが、それでも相談員を続けてきた。岐路を乗り越えられたのも、続けてきたからであり、本当の意味で人生を、人の尊さを聴かせてもらっている感じです。
- まだまだちゃんと聴けず、経験不足もあるが、自分の心にも向き合いながら、かけ手の気持ちになるべく寄り添えるようになりたい。
- 世の中には、多くの方が色々な悩みを抱えて生きているんだなあ、と実感した。皆さん、そこから動くこともできずにいると思うと、切なくなる。いのちの電話があることによって、皆さんが少しでも楽になるならいいな、と思っている。



新人相談員さんへ

M・Y (5期相談員)

新しく相談員になった人達が、いよいよ現場で電話を担当するようになりました。相談員として認定され、もう一人前とはいえ、電話に向かう姿は緊張でカチカチなのが分かります。養成講座で学び、いのちの電話のあり方を知ってはいても、実際に日常とかけ離れた空間での電話対応は難しいものです。

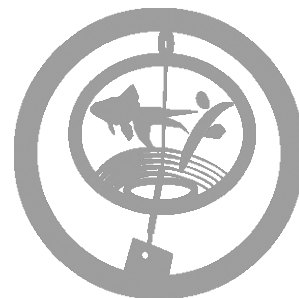
まず相手がどんな人か分かりません。それは掛けてくる人も同じなのですが、やはり大きな気掛かりです。最初の一言で分かるのは、男性か女性か。どっちなんて事が気になり始めると、話の中身に心がついていけないなんて事にもなります。ドキドキが収まってくると、自分が思い描いていたように聴くことができている事が気になります。日常では言えない感情を表す言葉を口にする人もいます。今、涼しい顔をして電話を取っている先輩相談員の人達でそういう思いを持った事がない人はいないはずです。

それでも、なぜ電話相談員を続けているのでしょうか。それは、何とかして一人前の相談員として、掛けてきた人の話を聴けるようになりたいという思いからです。話がかみ合わなくて失敗し

たなと思った事や上手くいなくて悲しくなった事、そういう悔やまれるような思いが、電話を取り続けているとしっかりと身に付いてくるのです。

そんな中で、相談員を続けてきて良かったと思える電話に出会う事があります。何回もあるわけではありませんが、そういう時、電話相談を続けてきて良かったと思うのです。具体的に問題解決に手を差しのべ力を貸すことはできませんが、掛けてきた人の心に明かりをとす事はできるのです。そして、相談員の心にも明かりがとまるのです。

新しく電話相談員になった人達へ。相談員になってよかったと思える出来事が起きますように、先輩としてエールを送りたいと思います。



賛助会員・寄付の支援をお願いします

いつも皆様の温かいご支援、有難うございます。振込用紙を同封させていただきます。

また、**賛助会員**（毎年継続的に寄付を続けて下さる方）を募集しています。よろしくお願いいたします。

- (1) 法人賛助会員（年間 1口） A 20万円・B 10万円・C 5万円
- (2) 個人賛助会員（年間 1口） A 10,000円・B 5,000円・C 3,000円
- (3) 一般寄付：随時受け付けております。
- (4) 夏季及びクリスマス・歳末の特別寄付：随時受け付けております。

口座名 ： 社会福祉法人愛知いのちの電話協会
 銀行口座番号： 三菱東京UFJ銀行大津町支店（普）477029
 郵便振替口座： 00810-8-53758

寄付金は、社会福祉法人として税法上優遇措置が受けられます。

社会福祉法人愛知いのちの電話協会 2016 年度事業報告

1 相談事業

(1) 電話相談

- ①電話相談の状況：総受信件数：14,473 件、実働相談員 100 人
- ②研修（2016 年 6 月から 2017 年 3 月）
継続研修（月 1 回）・スーパービジョン（全相談員）・1 日研修（参加：30 人）・宿泊研修（20 人）・フリーダイヤル研修（参加：18 人）・市民講座：若者の自殺：清水康之（栄ガスビル 1 月 28 日）参加人員：157 人
- ③電話相談員養成 24 期 8 人認定(2016 年 9 月) 25 期 23 人実施中
養成講座説明会実施：名古屋・一宮・豊田
- ④担当表のネット化実施 2016 年 7 月実施

(2) インターネット相談

- ① 2016 年相談件数：愛知 124 件 全国 2,800 件
- ②新システム相談員 2 名の研修：東京・愛知で実施

2 広報啓発事業

- (1)創立記念祝賀会 7 月 1 日：中日パレス
- (2)広報カード作成：30,000 枚
- (3)広報誌の発行：年 3 回
- (4)ホームページの充実
- (5)ティッシュ+カード配布：約 10,000 個
- (6)大韓民国ソウル江西地区福祉関係者視察：10 月 27 日 20 名
- (7)いのちの電話チャリティバザー：大須観音 11 月 19 日（土）

3 イベント参加

- (1)デンソーハートフル祭り 7 月 4 日
- (2)名古屋市若者自殺対策イベント 9 月 19 日：スマイルデーなごや
- (3)自殺予防デー（9 月 12 日）：名古屋駅前
- (4)イオンイエローレシートキャンペーン：イオン名西店：毎月 11 日
- (5)オールトヨタビッグホリデー 10 月 23 日（日）
- (6)古橋とゆかいな仲間たち いのちの電話チャリティコンサート 10 月 30 日

4 講師派遣事業（傾聴・いのちの授業・自殺予防など）

- (1)名古屋市生涯学習センター講座
- (2)名古屋市高齢者就業支援センター
- (3)その他 依頼された講座など：学区区政協力委員・傾聴講座

5 法人本部

- (1)理事会・評議員会の開催 5 月 10 月 3 月・1 月 合同懇談会
- (2)運営協議会・各委員会の開催
 - ①運営協議会：12 回 ②相談委員会：12 回
 - ③養成委員会：12 回 ④財務委員会：2 回
 - ⑤広報委員会：4 回
- (3)賛助会員・寄付の募集：年間
 - ① 法人会員訪問 ② 会員拡大
- (4)センターの維持管理：
 - ①事務室エアコン取り換え
 - ②パソコン購入 2 台
- (5)スタッフの充実：事務局職員採用：1 名

2016 年度 資金収支計算書					
経常活動収入	補助金	3,881,600	経常活動支出	人件費支出	4,177,708
	会費	5,481,000		事務費支出	9,437,510
	寄付金	5,823,189		事業費支出	2,110,030
	登録更新料	117,000			
	受取利息	1,066,606			
				合計	15,725,248
				収支差額	644,147
	合計	16,369,395		合計	16,369,395

ご援助ありがとうございます

2016年12月1日より2017年3月31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ご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支援くださったかたもお名前は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 小山 勇/財務委員会

賛助会員

A

會澤俊三 飯尾啓子 大野智彦 檜尾一 川上厚成 下村徹嗣 田畑洋子 宮之原弘
森川信子 渡辺邦俊 匿名1名

賛助会員

B

浅井俊雄 井代佳明 大山ひろみ 伊藤まり子 岡部美代子 笠井康助 粕谷靖彦 加藤明宏
金森タイ 神戸一子 佐竹一子 杉山志乃 竹村絹子 豊島徳三 鳥居和平 堀江和史
宮内英夫 山田美代子

賛助会員

C

石川堯子 小川義男・マリ子 小笠原敏子 金森タイ 金子紀子 近藤和子 近藤直枝
佐藤尚江 志村澄江 鈴木淑子 竹内宏子 中出智恵子 西野友英・三緒子 西村穰
早川定子 原井良重 藤居直哉 平井瑞子 北條とく子 水谷敦子 水野真 山下タカ子
山下智恵子 山本幸江 湯瀬美知子 吉田愛子 渡邊誠士

寄付・個人

會澤俊三 浅井恵子 浅野恵美子 安部千恵子 栗田昌子 あんぱんまん 家田足穂 井澤陽子
伊藤智美 伊藤美佐子 伊藤総俊 江場仁美 岡島博司 岡田英彦 小笠原敏子 小野宏
加藤厚子 木村みや子 小坂橋秀行 後藤英文 斎藤喜世子 阪田敏子 佐々木広子 鈴木正
柴田知江 下村徹嗣 白崎満喜子 末本まき 末松幸代 鈴木栄子 泰良真理子 高木政市
高橋紀代子 田口恵子 竹村絹子 トクヤマミキ 鼓美千代 丹羽咲江 舟越洋子 野村純一
松岡朱美 水口早苗 宮里及子 安井充子 湯瀬美知子 渡辺直人 匿名3名

法人会員・寄付

アイシン精機株式会社	愛知トヨタ自動車株式会社	岡谷鋼機株式会社	株式会社オティックス
株式会社交輪社	株式会社三晃社	株式会社杉浦製作所	株式会社梶屋
株式会社デンソー	株式会社東海理化	株式会社豊田自動織機	川北電気工業株式会社
小島プレス工業株式会社	大同メタル工業株式会社	社会福祉法人東海テレビ	東名サニタリー株式会社
特定非法人イエローエンジェル	トヨタ自動車株式会社	豊田車体株式会社	豊田紡織株式会社
トヨタホーム株式会社	ユニー株式会社	大須観音 寶生院	継鹿尾観音 寂光院
真宗大谷派 林高寺			

寄付協力団体

カトリック布池教会	学校法人名古屋リカ教青年学園南山幼稚園
カトリック五反城教会	公益財団法人あすて 公益財団法人森村豊明会
金城学院高等学校	金城学院大学キリスト教センター 聖心同窓会東海支部
社会福祉法人 金沢聖霊総合病院	聖ドミニコ宣教師修道女会 岡崎修道院
名古屋学院大学 キリスト教センター	名古屋昭和ロータリークラブ 蓬萊民正委員協議会
日本聖公会 名古屋聖マタイ教会	日本キリスト協会 名東教会友愛会計 日本キリスト教会 めぐみ会
日本基督教団 南山教会 婦人会	日本基督教団 鳴海教会 婦人会 日本基督教団名古屋中央教会
日本キリスト教団 愛知教会 女性の会	日本基督教団 金城教会 福祉社会委員会
日本キリスト教団名古屋北教会	日本キリスト教団名古屋北教会ナルドの会

クリスマス募金・歳末募金

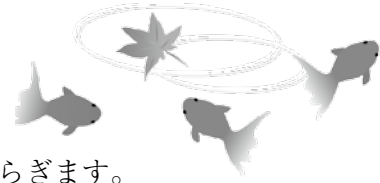
會澤俊三 秋田あや子 伊藤まり子 杵山達雄 白田治子 岡崎強 金森タイ 河野登喜子
菊地幸子 清野敏子 小島初江 下谷定司 杉藤はる子 相馬幸子 多和田いみ子 堤肇
梨本將代 中谷塩子 西村清 牧岡恒夫 松本勝正 宮内英夫 村瀬政子 匿名1名
幼き聖マリア修道会 カトリック小牧教会 カトリック日比野教会
金城学院 瀬戸聖書パプテスト教会 日本基督教団愛知守山教会
日本基督教団 岡崎教会 日本基督教団 春日井教会 婦人会 日本キリスト教団 広路教会
日本キリスト教団 中京教会 日本キリスト教団 豊田教会 日本基督教団 豊山教会
日本キリスト教団 半田教会 日本キリスト教団 天白教会 日本キリスト教団 半田教会
日本基督教団 南山教会 婦人会 日本聖公会 名古屋聖ステパノ教会

事務局だより

相談員さんが出入りの際、お花をもってきてくださいます。

初夏の花が飾られ、アジサイの深い青やラベンダーの香りに、安らぎます。

うっとりしい梅雨空、厳しい暑さの予感がホッと和らいでいきます。



相談委員会より

相談員奮闘中！

先日、「中日新聞」「インターネットニュースサイト」で「いのちの電話」が取り上げられました。

記事にあったように、相談員減少の厳しい状況ですが、今日も、「寄り添い続けよういのち」の気持ちで、相談員全員で力を合わせ、途切れることのない電話を取り続けています。

6月からは研修グループも始まりました。

今年度も「より質の高い相談活動」を目指して研修を充実させていきたいと考えています。

各グループから今年も、「研修係」が選出されました。グループ間で自主研修の方法について共通理解を図り、全体研修会の計画もされています。他に「世話人」はじめ「担当サポート係」に続き、新しく「広報啓発係」が選出されました。一人一人ができることから力を出し合い、相談活動や組織運営に積極的にかかわろうという思いが感じられます。

講師懇談会

6月下旬、研修講師、相談委員会、養成委員会、総務委員会参加で講師懇談会が行われました。

相談員研修に関する意見交換や本年度の方向性について話し合い、講師の先生方からは、資質の向上を含め、相談員の対応についてお褒めの言葉を多くいただきました。

多くの方々に支えられていることに改めて感謝の思いを深くしました。

養成委員会より

25期養成講座が4月から始まりました。

今年は、23名の方々が受講されています。

市民講座の後の説明会、名古屋、一宮、豊田での説明会の成果もあり、多くの受講生が集まりました。

みなさん、熱心に講座を受けておられ、前期がそろそろ終わろうとしています。

8月には宿泊研修が予定されています。

9月からは後期講座も始まり、相談員を目指しての学びが続きます。

みなさんそろって認定される来春が楽しみです。

8月1日(火)

名古屋市健康福祉局主催 スマイルデーなごや 2017

今年も栄のオアシス21にて、「スマイルデーなごや」が開催されます。

「悩みやストレスを抱えた時、周りの人の相談してみよう」「苦しみを解決してくれるきっかけをみつけよう」との呼びかけで、各種相談PRブースのコーナーに、「いのちの電話」が出展します。

広報委員会を中心に、広報啓発係、スタッフのみなさんが工夫を凝らして企画しています。