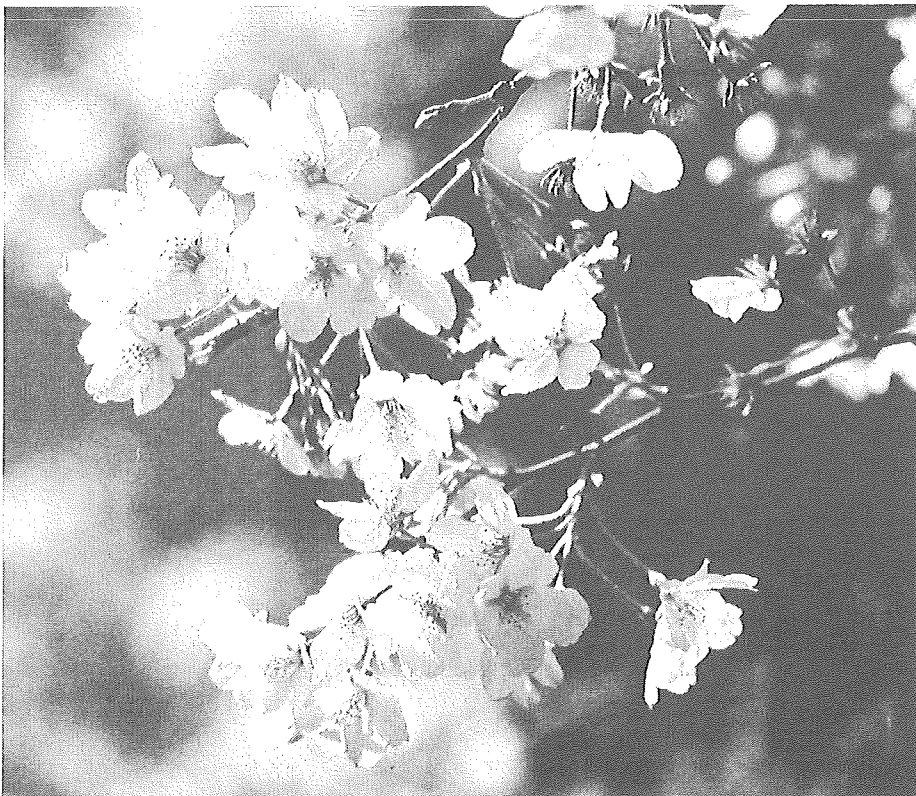


関西いのちの電話

ふれあうところ…06-6309-1121

2004.4

Vol.119



「風」・「相談員ノート」… P2

「第3回フリーダイヤル自殺予
防いのちの電話を実施して」

…………… P3

「第38期 認定式」 …… P4

「共感ってなに？」 …… P7

「国見峠だより」 …… P7

K風E

「個に眼を注ぐこと」

関西いのちの電話 理事 脇坂 尚子

今回の鳥インフルエンザ騒ぎで、はしなくも巨大製卵工場的一端が世間の目に晒された。病死或いは、扼殺された鶏たちの末路は、いやという程私たちの心をえぐった。供給と消費のこの怖ろしい谷間。鶏は完全に機械の一部となって。一方、私たちはスーパーに安価で良質な栄養源としての卵が途切れることなく並んでいるのは、いつか当たり前のこととなっていた。

今、私の目にくっきりと浮かぶ情景がある。昭和 25 年のジェーン台風、阪神間を直撃して去った。スレート葺きの屋根からヒラヒラと紙片のようにスレートが舞っていた。台風一過、塀の倒れた我家では小屋を失った二羽の鶏が青空の下肩を寄せ合っているのが鮮明であった。懐かしい姿である。



—「愛があれば、きっと」—

27期 A. I

勤務先で会員向けの相談電話をしている。といっても、いのちの電話のように不特定多数を対象に、多岐にわたった内容ではなく、会員を中心にしたやや専門的な相談電話で、ボランティアの人が週 2 回受けている。それ以外の日にかかってくる電話を、時々聴くのである。専門的なことには答えられないので、一般的な案内や書籍、医師の紹介などをした後、なんとなく個人的な話題となり、気持ちを語り始める。「そおー、ふーん、そうーなの、そうですね。」の繰り返し。電話を切った後で「結局なんだったの？」ということがある。

文化が先鋭化してゆく人間社会では、逆に少子化が進んでいる。そこで人間の個は大事に育てられているのだろうか？個を育てるとは根っこにある心が育つことに他ならないであろうに。30 年の歴史を歩んできた「いのちの電話」は、今も本質的に同じ課題を与えられ続けている。個の心を育てるとは、その心にじっくり、じっくり向き合うことからしか始まらないのだから。私たちが生きている限り続けていきたい「いとなみ」なのだから。はじめて 30 年勤続相談員を送り出した今、改めての一步を心して踏み出したいものである。



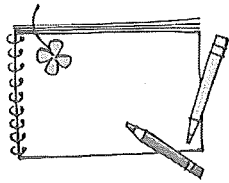
相談員 ノート

最近、インターネットを見てかけてくる非会員が半数を占めている。知りたい情報が簡単に見られるし、内容も充実し専門性の高いものも多い。会員・非会員に共通しているのは、病気に対する知識や療法の情報は驚くほど持っていて、それをすでに試している場合もかなりあるのに、それでもかけてくる場所である。

相談の内容は報告するために、病状に関することはもちろん、声の調子や高さ、言葉と言葉の間から、気持ちを読み取るように心がけている。そして何よりも、せっかくだから聴いてあげたいとの思いがはたらく。

引きこもりに関して、ある精神科医が書いた文章に、「そこに愛があればつきあえる」とあった。きっとそれに違いない。

第3回フリーダイヤル



「自殺予防いのちの電話」を実施して

事務局長 八尾和彦

昨年12月1日から1週間、フリーダイヤル「自殺予防いのちの電話」が、全国いのちの電話（49センター）をネットワークとして24時間体制で実施された。これは、年間自殺者数が3万人を超えたことを契機に、厚生労働省が打ち出した自殺防止対策のひとつで、厚生労働省補助事業として2001年に始まり、昨年で3回目の実施となった。

この事業の特徴は次のように言える。まず、フリーダイヤルであるということ。つまり、電話のかけ手にとっては電話料金を一切気にすることなく話ができる。いのちの電話には、普段もけっこう重苦しい内容の電話が寄せられているが、平均化すると、フリーダイヤルのほうが全般的に重く、現実的で生活面からの電話が増えているように思える。フリーダイヤルでは当初、かけ手本位の嫌がらせのような電話が増えるのではないかという危惧がなくなかったが、実際蓋を開けてみると、電話の受け手としても、むしろ聴いてよかったと思われる電話が多い。「次の方が待っておられるでしょうから、この辺で終わりにします…」というかけ手の声も聞かれた。

期間中、新聞、テレビ、ラジオをとおしてフリーダイヤルの広報活動が展開された。JR各駅、車内、地下鉄各駅、阪急主要駅、大阪府関係諸団体・大阪府内警察署にもポスターが配布された。これをとおして「いのちの電話」の存在を多くの人々に知らせることができた。

「今回初めていのちの電話を知りました」という声が多数聞かれ、相談電話が終るときに、最寄りのいのちの電話の相談電話番号を知らせることにしたが、このようにマスの社会のひとたちに対して、またフリーダイヤルにかけてこられた一人一人に対して、効果的な広報活動をおこなう絶好の機会となった。

このフリーダイヤルは、他センターへの転送システムが導入され、全国いのちの電話の全センターが参加して、一体感を実感することができた。これに関わった相談員も、あらためて社会参加を意識すると共に、日常の活動とはまた異なった緊張感を味わいながら、フリーダイヤルのかけ手の悩みを受け止め、相談員としての自分自身の成長を確認する機会となったとも言える。

今年度もフリーダイヤル「自殺予防いのちの電話」が実施されようとしている。この事業は、あくまでも厚生労働省との関係において実施される補助事業であり、いのちの電話が独自のアイデアをもって、これをすすめるわけにはいかない。しかし、少なくともいのちの電話としては、過去3回の実績を踏まえ、その上で将来に向かってのポリシーを打ち出すことが求められているのではないか。これまでの期間限定の「フリーダイヤル『自殺予防いのちの電話』」をいのちの電話の日常活動の中でどう引き込んでいくかが課題となってきている。

フリーダイヤル受信件数（関西いのちの電話）

	人生	家族	夫婦	男女	対人	健康	教育	性	法律経済	情報	相談外	合計
男性	94	8	7	1	11	57	1		16	7	21	223
女性	84	43	20	7	15	60	3	1	19	8	10	270
合計	178	51	27	8	26	117	4	1	35	15	31	493

全国のフリーダイヤル受信件数・・・12037件



「関西いのちの電話相談員」として認定されて

38期 T. T

封を開けると、「認定の決定通知」の文字が目飛び込んできた。ホッとした安堵感を味わう。やはり認めてもらえるのは嬉しい。それにしても、なんと簡潔な文面なのだろう。拍子抜けするくらい簡単な「認定」という二文字…。眺めているうちに、私のこの2年間を振りかえってみたくなくなった。

ごそごそと、ノートを繰ってみる。そこには、私の手から送り出された文字が、跳ねる様に踊っていた。講義内容を理解する間も無く、必死で一言も漏らさずに記録しようとしている私が見えるようだ。

文字となった講師の言葉が、今また、私の目に入り、心に染み込んでくる。「傾聴」「共感」「守秘義務」「率直に」「素直に」「私が感じたことを繰り返す」「自分の傾向に気付く」「自分の限界を知る」「分かったフリをしない」「先取りをしない」気になる言葉の数々…。これらは、まさしく私の課題でもある。

記録した当初は、文字としての意味を知っていたにすぎない。2年経ち、この言葉を実践していくことの難しさを知り、言葉たちがチクチクと私の体に心に突き刺さる。認定のオリエンテーションではあの顔もこの顔も見えた。同期生と一緒に認定される喜びで、つい口元から笑みがこぼれる。しかし、講師のお話相談員としての社会的責任の重さを再認識し、緊張がはしる。

第38期電話相談員認定式と、勤続30年、20年、10年感謝式が、3月13日(土)午後2時より聖贖主教会で行われました。

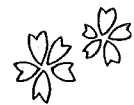
{38期生認定者 22名、勤続30年(1~4期・理事)12名、20年(19期)10名、10年(29期)21名}それぞれ各期の方に、今の思いを寄せていただきました。



お話の中で、大江健三郎氏の言葉を引用しておられたのが心に残り、帰宅してすぐに「恢復する家族」を読み直してみた。

大江氏の文体を、私はひどく苦手にしていただけだったが、読み進むうちに言葉が滝のように私の心に流れ落ち、満たされるのを感じた。涙が止まらなかった。なぜなら、この養成講座の2年間は、私の「恢復の過程」に他ならないからだ。言葉がチクチクと突き刺さるのは、恢復の途中なのだろう。私らしさに辿りつくまで「恢復の過程」を楽しみたいと思う。

10年を合い言葉に



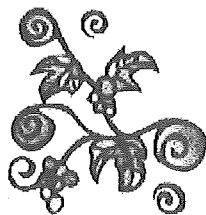
29期 N. O

私たち29期生は、42名が認定を受け、10年経って21名になった。決して楽しいことばかりではなかったが、こんなに続いたのは「どうして」と何人かに聞いてみたら、生活の一部になってしまっているとか、心温かい人が多く居心地がいい、自分を深く見つめることができる場である、よそにはない自己啓発のできる場所だからとか、万に一つ手応えがあった時の達成感が得られる、などなどといった答えが返ってきた。

私も同感で、心から語り合える仲間ができて、みんなに支えられたからこそここまでやってこれたのだとも思っている。

大江健三郎氏が「具体的な場面での自分で磨き上げた言葉が、私の中で大切なものとして残っている。その言葉を伝えると同時に、他の人の言葉をどう受け止めたかということ伝えるのも小説家の仕事だと思います」と書いていた。大江氏の言葉を借りると、我々にも当てはまるのではないだろうか。電話をかけてくる人は、自分の心で思っていることや頭で考えていることを伝えて、そのことを私たち聴き手が、話し手と同じ気持ちで共有してもらえらると思っっているはずである。それに対して、私たちはどう受け止めたかということを手相手に伝えているのである。しかし、話の内容を聞いてもその裏に隠された気持ちを汲み取ることや、たとえ汲み取ることはできても、ピッタリした言葉で相手に伝えることは難しい。10年経った今でも、電話のあとで自分の未熟さに落ち込むことも一度ならずある。相手に寄り添い、その場に適した心の交流が深まっていくような言葉が自然に口から出てくるように、これからも研修し、自分を高めたいと思っっている。

“聴く”ということは生身の人間と人間、人格と人格とが（今、ここで）直接的に触れ合うことである。言葉のやり取りをしながら人格的な交流を深めていく段階で、かけ手から学ぶことも多い。「いのちの電話」は、人としての出会い、ふれあい、育ちあいの過程でもあるという基本に沿って10年を迎えた今、心新たに次の目標へスタートしたい。



「20年」

19期 Y. W

20年というと、振り返るとついこの前のこと。しかし、やっぱり長いんです。

夫の死、娘の結婚・・・それまで支えていたのか、支えられていたのか、すべての繋がりが外され、宙に浮いてた様な感覚の中にいました。

その頃、新聞で「いのちの電話」の事を知り、私にもお話しの手相手くらいは・・・、と思っ申し込みました。私のお節介精神から始まる「電話」への参加でした。何十年振りかの講義を受け、ノートを取る。新鮮でワクワクした気持ちで、私なりに燃えていました。その中で、長女が産産、そして育兒と続き、その喜びと同時に「いのちの電話」に対する意欲も削がれることもありました。

私が相談員になって20年間。その子も20歳となりました。今、大学3年の春を迎え、いろいろな面で成長をしているその孫を前にして、私は考えます。私自身はこの20年間、何か進歩があったのだろうか、何ができたのだろうか、と。

しかし、人生は僅かな積み重なりの上になるもの、何もなかったとは思いたくはないです。

何とかバランスをとりながら過ごして来られたのは、「電話」への参加があったからだと思っます。社会の広さを知り、人間の奥深さ、そして不思議な心の働きに近づき、電話の向こうの方々に愛着を持っている私を発見しています。私の人生の大切な時に、周りの方々からいろいろな影響を戴いたことを感謝したいと思っます。これからも何とか私なりに、さり気なく生きていきたいと思っています。

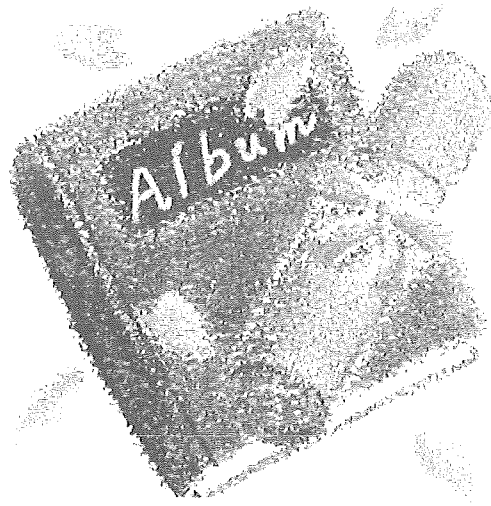


関西いのちの電話 30 年の思い出

1 期 M. I

‘71 年 10 月東京いのちの電話が始まり、関西でもいのちの電話をとのお話がもちかけられ、キリスト教関係の人達、神父、牧師、関係団体の役員達が集まり設立の準備を始めました。先ず相談員養成講座、何を勉強するか、講師は誰をと全く手探りで頼み歩き、やっと第 1 期講座を‘72 年 9 月 21 日 北浜カトリックセンターを会場に借りて始めました。発起人全員が講習生になり参加し、第 1 期は 100 人以上集まりました。教会や関係団体の人とその知人が多かったです。2 期は‘73 年 2 月から夜に、3 期は‘73 年 6 月から昼に開きました。4 期からは市民運動としてテレビ・ラジオで知らせて頂き広く参加者が集まりました。相談員が 150 人になったら始めることにし、場所探しをはじめました。

やっと、島の内教会の 1 階の一部を借りることが出来ました。準備に 120 万円のお金が必要になり、一同心を合わせて献金をし、映画会をしてお金を作り、電話室と事務室を整え、‘73 年 9 月 25 日関西いのちの電話のベルが鳴り、開始式を致しました。式に時の大阪府知事夫人黒田さと子様が出席して励ましてくださいました。式が終わると、すぐ第 1 回バザーを開きました。相談員も増え、荷物が増え、書類がどんどん増えてもっと広いセンターをという願いが起きて、あちこち探し、やっと博愛社の和館が借りられる事になりました。‘77 年 8 月 10 日沢山の荷物を運び込み移転終了。まだ机も椅子もない板の間に円く座り、男性達はあぐらをかき、汚れた顔で夕食のお弁当を膝に置いて、博愛社に於ける第 1 回の理事会がはじまりました。誰かが「山賊の集まりみたいや」と言ったので大笑いしました。



募金の為、チネカ神父様の御紹介でドイツからゾーリンゲン男性合唱団や少年合唱団を迎えてチャリティ音楽会を、中之島の公会堂や玉造マリヤ大聖堂で致しました。

創立 10 周年の時は、記念事業として宣伝用ビデオを製作しました。製作委員会をつくり撮影に入ったのは夏でした。何度もやり直しや追加をするうちに季節は冬になりました。講習生は電話室でも夏服着用のまま、財務委員の私達は募金に歩く姿も夏服でとのことで、下にしっかり着こんで夏のワンピース姿で御堂筋を歩き撮影を終わりました。

バザーは関西いのちの電話開始の日から毎年続いています。博愛社に引っ越してからオープンがない為、ケーキが焼けないと聞き、私がか関係している矯風会のオープンで焼くことになり、毎年お手伝いをして 25 年、今も若い相談員の方達と楽しく続けています。

昨年、関西いのちの電話は開設 30 周年を迎えました。姿の見えない電話の向こうの人の訴える声に心を尽くして応え続けて 30 年、何の具体的報いもないこの事業に

御奉仕を続けて下さった沢山の相談員の方々、必要な費用を支え続けて下さっている維持会員の方々に心から感謝致します。関西いのちの電話と、これに関わる皆様の上に神様の御祝福が豊かに有りますようにお祈りいたします。

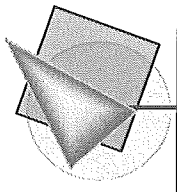
カウンセリング講座

基礎コース 前・後期 計 9 4 時間
毎年 4 月・10 月開講 昼・夜コース

系統だったカリキュラムと一流講師による講座は、全国的な評価を受けています。働きながら受講できます。年齢、学歴不問。詳細パンフレットを無料送付します。ご希望の方は、下記までご連絡下さい。

財団法人 関西カウンセリングセンター

〒530-0044 大阪市北区東天満 2-10-41 YFC 会館 3F
TEL. 06-6881-0300 FAX. 06-6881-1317
<http://www.kssc.or.jp>



共感ってなに？ (20)

「3割バッターなら上出来！」

野球では3割バッターは一流の選手です。10回打席に立って、そのうち3回ヒットが打てればいいのです。連続して打てるときもあるし、スランプに陥ることもあります。しかしシーズンを通じて、打率3割を超えると、好打者の仲間入りです。

電話相談のかけ手と聞き手を、野球のピッチャーとバッターにたとえてみましょう。

かけ手はピッチャー、電話を通していろんな球を投げってきます。怒りをこめた直球、目を惑わせる変化球、腰を引かせる近めのシュート、打ち気にはやるとホークボールで空振りさせる。なかなか投げないでじらすこともあり、不意をつくようにど真ん中に直球を投げ込むこともあるのです。

電話の聞き手であるバッターは、何とか訴えや感情というボールを捕らえようとするのですが、空振り、見送り、バットに当ててもファールになる。内野ゴロもあるし、外野フライもある。かけ手の訴えも捕らえられず、感情を受け止めようとしても空振りになる。直球の感情にはついていけずに振り遅れてしまう。なかなかヒットになりません。巧妙な作話にこころ乱れて打つ気をなくしたり、デッドボールまがいの挑発にかっとなったりします。そんな相手の投げってくる球を傾聴というバットにしっかりと当てることは至難の業です。

野球のたとえで分かるように、2割5分から3割のヒットが打てれば上出来で、ホームランなどは数えるほどしか打てないものだという事です。

聞き手が電話相談の中で、傾聴できた、共感できた、寄り添えたというヒット率の目標を3割にすれば少しは気が楽になりませんか。

長尾文雄

昨年9月27日「関西いのちの電話」の創立30周年記念会が大阪YMCA会館で開催され、大勢の関係者が、マリンバ演奏、スピーチ、歓談、歌唱（四季の歌、大きな古時計など）を楽しんだ。アルコール抜きのジュースで乾杯には驚かされたが、連盟代表の挨拶や逝去者への黙祷、87才の元相談員の挨拶もあってそれなりに歴史の重みを感じさせる催しであった。

さて、私が「いのちの電話」にかかわったのは、ある会合で私の<いづれボランティアをしたい>との発言に、相談員のKさんが「いのちの電話」があると教えてくれたことに始まる。それから2年の養成期間を経て、平成6年相談員の認定を受け、以降月2回のブース入りを頑なに守ってきた。「いのちの電話」とかかわってきたこの10年間は、わが人生の貴重な転換期と重なっている。そんな私が「いのちの電話」のあり方について常日頃思っていることがある。

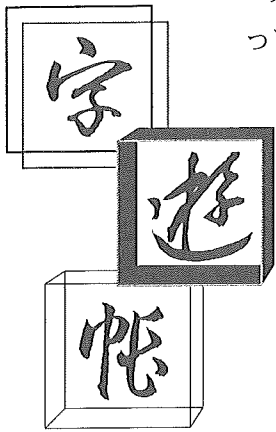


それは、<自分が「いのちの電話」の相談員であることを安易に口外してはならぬ>という掟についてである。個々の電話の内容の守秘義務は重々承知の上だが、何故<私は相談員です>と周囲に漏らしてはいけないのか。その理由として、巷の不特定多数のかけ手にとって、私が相談員であることが分かれば、いざというときに掛けにくくなるなどと言われる。その万一の危惧と、このボランティア時代に、相談員が<私は「いのちの電話」の相談員です>と胸を張って言えない、後ろめたさというか釈然としない気持ちとを比べれば、今の掟はバランスを失していると思うのだが、どうだろう。

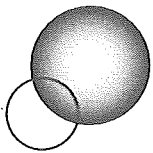
バランス感覚

とはいえ、こういう思いは心の奥深く抑圧して、今日も人との出会いを楽しみにブースへ出かける。

檀 清々



題字 30期 S.S



テレビに映し出されるコマーシャルのように、溢れんばかりの情報を我々は、否応無く受けています。なんとなく背後から、取捨選択を求められているような気がします。

ましてや多様化が求められる現代では、目の前の価値観にとらわれて新しいものへ便利なものへと飛びつきがちです。

そんな時代だからこそ、「不易流行」という言葉の意味を考えていく必要があると思うのです。

不易流行とは、松尾芭蕉がした概念で、どんなに時代が流れるもの（不易）とそこから自二つから永遠性を持つものがないでもないことではない



「奥の細道」の旅の中で、体得られても、変わらない感動を自然に変わっていくもの（流行）の生まれるということで、どの分野にお

たとえば、教育の現場では「基礎・基本」の「読み・書き・算」が（不易）で、自ら学び自ら考える力などの『生きる力』を育成することが（流行）必要と考えられています。では、いのちの電話での基礎・基本とは、ロジャースの言う「受容（無条件の積極的関心）・共感（共感的理解）」が不易で、社会的背景にともなう相談内容の変化を受け止め、運営をしていくことが流行となるでしょうか。社会の状況に応じて、どんどん変わっていくもの、あるいは変えていかなければならないものを時代に対応しながらも、基礎・基本の本質を見失わないで取り組んでいきたいものです。

29期 K. M

相談電話受信件数

受信月	1月	2月
受信件数	1,538件	1,497件
相談員数(延)	415人	382人

<ありがとうございました>

- 尼崎はなみずきライオンズクラブ 様 10万円
- 親切会 様 10万円
- NTT西日本 大阪グループ 様 10万円

【予告事項】

- 8月1日（日）—いずみホール—
チャリティ・コンサート
バイオリン独奏
幸田 聡子 氏
詳細は、7月号で紹介いたします。

— 編集後記 —

今年、新たに相談員としての認定を受けられた方は22名。一時期からみると、受講申込者も認定者も随分と少なくなってきた。

今、我々を取り巻く社会情勢や経済状況がそうさせるのだろうか。そのことを含め、いくつかの課題を抱える中、新しい仲間たちと共に、この活動を支えていきたい。

N.K

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 今村 一之 編集 広報・編集チーム
 ホームページアドレス <http://www.age.ne.jp/x/kaind/>