



# 関西いのちの電話

こころがつかれたら・・・06-6309-1121



## 「雑感」

関西いのちの電話 理事 茂木 洋子

青葉の木々をわたる風に盛んな自然の営みを感じる季節となった。

例年のように「昨年の自殺者数 3万 2,155人」と警察庁のまとめが発表された。9年続けて、3万人を越えたとのこと。由々しい問題と思う。政府の具体的施策が進められると思った矢先、「年金問題」が浮上し、自殺問題は一時休止の感がある。

いのちの電話活動は、自殺予防を第一目的とし、ボランティア相談員は日夜黙々と電話を受け続けている。自殺の理由はそれぞれ違う上に、年代によっては電話になじまない人もいる。昨年の自殺者の35%は60才台以上の人で1万 1,120人とのこと。「年金問題」の影響を受けた人も居るかも知れない。

戦後、急激な価値観の変化の中で生きてきた高齢者が、耐えられない屈辱感を味わい、生きる気力を失い、情けない気持ちで自ら死を選ぶ図は、想像を絶する。

働き盛りの人の過労自殺・学生・生徒のいじめ自殺など、各年代に問題多発、個別の手当てが

進んできた。問題にされる格差社会は、福祉施策に限らず、それぞれの部署で、とりあえず手当てして間に合わせてきた結果であり、整理して切り替える時期、変化の時に来たのだと理解している。

この変化の時期、いのちの電話はこのままでよいのだろうか？勿論基本的に変化なく、「傾聴・受容・共感」の姿勢に徹しなければならない。相談員の温かな心が通じ、生きていく勇気を与えられるよう、言葉を尽くさなければならない。また、電話相談になじまない世代への働きかけも積極的に進めなければならない。

政府、大阪府、大阪市でも自殺防止の活動を進め始めている。

「いのちの電話」として、今まで以上に積極的に参加して行くことを考えて行く必要があると思う。

また、相談員さんは活動の中で育まれた感受性と温かい心を、それぞれの住む地域社会の中で、積極的に生かして行ってほしいと冀っている。

## 菅田俊郎先生 お別れ記念講演会

～関西のちの電話に関わった34年間をふり返って～（一部抜粋）

### ■ 電話相談における「出会いの一回性」

僕が行き着いたのは、やはり「出会いの一回性」ということでした。われわれが「この人と会えるのはこれが最後かもしれない」という状況の中で会うときは、相手とのやり取り、特に相手の話を聴く姿勢のほうが普段とはちょっと違って、やはり丁寧に聴いているのが自分でもわかりますね。しかし「出会いの一回性」なんてことは、普段はなかなか自覚しにくいのも事実です。

例えば夫婦はどうか。それはマンネリそのものであって、普段はお互いに心をこめてかかわり、対話を交わしているとは到底言い難いものです。仕事の仲間とも同じようものです。しかし病気になるって、死の足音が身近に聞こえてきたりすると、急に様相が変わってきます。「あと一回」、とまでは思わないにしても、「あと何回もないな」という思いが出てきて、やはり出会いの一回性を自覚した場合と同じような丁寧に真剣なかかわり方が生まれてくるのが感じられるのです。僕のように75歳にもなると、人と会うとき「この人と会うのはあと何回あるかな」という思いがふと浮かぶことはありますし、夫婦で暮らしていても「この人と暮らすのもあと何年かな」と思うことの方が多くなります。人間だろうが、風景だろうが、出会ったものに対して「これが見納めかもしれない、これが最後かもしれない」という気持ちで接するようになってきます。そうすると、また違ってくるんですね。「ああ、この心が大事なのかな。傾聴力を取り戻す方法は、こういう出会いの一回性にしっかりと根を下ろして聴くことしかない。これができたときに、心を込めた丁寧に聴き方ができるんじゃないかな」と——こういうことを最近非常に思っているわけです。それで先日、僕が最初に書いたこの小冊子『電話相談の特質—その可能性と限界』——これを読んでいまして一番最後のところにいいことを書いてありましたので、今日はそれを事務局でプリントしていただきました。

皆さんのお手元にも配ってありますのでご覧ください。「発刊に際して」なんてところはどうしてもいいので飛ばして、「電話相談の一回性」というところを見てください。そこで色々書いていますが、要するに「出会いの一回性」という状況の中では、人間には真剣なかかわり方が出てくるということ、僕は言いたかったのです。その当時の僕が、どうしてここまで一生懸命そういうことを書いたのかなあと、不思議な気がします。今読むと、いや今であるからこそ、この老境になった自分であるからこそ、何か非常に切実に心に響く文章なのです。そこに坂村真民さんの『二度とない人生だから』という詩が引用してありますので、それを読んでみます。少し長いが大変美しい詩です。電話相談論の中にどうしてこんな詩を引用したのかは、この詩を読めばおわかりいただけるでしょう。



二度とない人生だから  
一輪の花にも  
無限の愛を  
そそいでいこう  
一羽の鳥の声にも  
無心の耳を  
かたむけてゆこう

二度とない人生だから  
一匹のおろぎでも  
ふみころさないように  
こころしていこう  
どんなにか  
よろこぶことだろう

二度とない人生だから  
いっぺんでも多く  
便りをしよう  
返事は必ず  
書くことにしよう

二度とない人生だから  
 まず一番身近な者たちに  
 できるだけのことをしよう  
 貧しいけれど  
 ころ豊かに接してゆこう

二度とない人生だから  
 つゆぐさのつゆにも  
 めぐりあいのふしぎを思い  
 足をとどめてみつめてゆこう

二度とない人生だからのぼる日しずむ日  
 まるい月欠けてゆく月  
 四季それぞれの  
 星々の光にふれて  
 わがころを  
 あらいきよめてゆこう

二度とない人生だから  
 戦争のない世の実現に努力し  
 そういう詩を  
 一編でも多く  
 作ってゆこう  
 わたしが死んだら  
 あとをついでくれる  
 若い人たちのために  
 この大願を  
 書きつづけていこう



こういう詩ですね。坂村さんは、ついこの間確か97歳で亡くなりました。この詩には、私たちが人生の一回性に深く目覚めたとき、この世で出会う全ての存在といかに深く切実にかかわるようになるかということが、鮮やかに示されています。

この詩人は、二度とない人生の一回きりの出会いの不思議に目覚めているがゆえに、人の命を無駄に殺す戦争のなくなる日を夢見、そのために

一遍上人のお札配りに倣って一編でも多くの詩をつくりたいと言われる。坂村さんが傾倒された一遍上人というのは、踊り念仏を全国に広めながら人々に御札を配って歩いた人なのです。詩人は自分の書く詩をその御札になぞらえているわけです。

僕はこの詩を引用したあとで次のように書きました。

『 私たちいのちの電話の相談員も、この詩人と同じように電話での一回きりの出会いを通じて、一期一会の人生の尊さに目覚めさせられつつある。今、この出会いを大切にしよう。心を込めてこの電話を聴き、心を込めて自分の心を告げようという、ケアの心を育てつつある。そして、これゆえにこそ、私たちは戦争と並ぶもう一つの現代の悲惨、すなわち死に至る孤独地獄の絶望がこの世から消える日を願って、詩をつくるペンの代わりに電話の受話器をとり、一回でも多くの人の悩みに寄り添ってお役に立ちたいものと、日夜精進を重ねているのである 』と。

つまり、わたしたちが相談電話を聴くことを、この詩人が詩を書くのと同じだと考えたのです。相当ハイテンションな文章で、ちょっと照れくさい気もしますが、すごく真剣な初々しさがあって、今読むと、なんだか今の自分に向かって言っているような気がしてくるのです。

※ 去る4月7日、菅田俊郎先生の退任にあたり、記念講演会が開かれました。以上の講演内容は、全記録の中から一部抜粋されたものです。〔電話相談における「出会いの一回性」〕をはじめとして〔思い出に残る相談電話〕など10のテーマについて、いろいろ語っておられます。講演の全記録が冊子（一部500円）になりましたので、ご希望の方は事務局までお申し出ください。収益金は、関西いのちの電話の運営資金に当てさせていただきます。

募

金

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。

活動資金が必要です。いのちの電話の活動をお支えください。

口座名義：社会福祉法人 関西いのちの電話 理事長 今村 一之

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。



## 共感ってなに？ (29)

## 「感情表現のパターン」

電話相談の聞き手に必要とされる基本的スキル(技)は、傾聴と共感です。共感とは、かけ手の言葉を受けとって、聞き手としてどのように受けとったかを自分の言葉で伝え返すことです。

この伝え返すという共感のスキルに4つの種類があります。このスキルはかけ手と聞き手の間で成立するものです。正解というのではなく、二人の間でどの種類がぴったりとするかを検討してください。

事例：中年の未婚女性からの電話です。

「私は先日、健康診断で、ガンの疑いがあると言われて、検査入院したのです。そのことを母親と妹に連絡したのですが、一回も見舞いにきてくれなかったのです。それって！おかしいと思いませんか？」(きつい声の調子で)

(1) 単純に伝え返す(言葉の反射)

「あなたは、ガンの疑いで入院したのに母親も妹も見舞いに来てくれなかった。それは理解できないと言っておられるのですね。」

(2) 自分の言葉に言い代えて伝え返す(要約)

「あなたは、検査入院したが、母親も妹も見舞いに来ないのはどういう理由かと、私に尋ねておられるのですね。」

(3) 気持ちを伝え返す(感情の反射)

「あなたは、ガンの疑いで検査入院をしたのに、母親と妹が見舞いに来てくれなかった。心配して来るのがあたりまえだと思っていたのに、そうではなかった。それで腹を立てておられるのですね。」

(4) 深い思いを伝え返す

「あなたは、ガンの疑いで検査入院をしたが、母親と妹が見舞いに来てくれなかった。ガンと言われて不安になっている自分には、二人の顔をみるだけでも支えになる。なのに、顔を見せてくれなかったので、とても寂しかったのですね。」

(長尾文雄)

## 社会福祉法人 関西いのちの電話 第12回チャリティコンサート

～魅惑のリコーダーと抱腹絶倒ストロー楽器～ ★ 笛の楽園 ★

日 時 2007年8月4日(土) 開演/16:00 (開場/15:30)  
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3分駐車場完備(有料)  
チケット 前売り¥2,000 当日¥2,500円(当日座席指定/未就学児童のご入場はご遠慮ください。)  
チケット取扱 いずみホール チケットセンター [TEL 06-6944-1188]  
関西いのちの電話 事務局 [TEL 06-6308-6868]  
出 演 神谷 徹(リコーダー・ストロー笛) 森 裕(チェンバロ) 上塚憲一(バロックチェロ)  
日下部吉彦(解説・司会)  
プログラム 第1部 リコーダーによるバロック作品集  
・「グリーンスリーブスによる変奏曲」・ヴィヴァルディ「ソナタ ハ長調」  
・テレマン「リコーダーとチェンバロのためのトリオソナタ 変ロ長調」  
・コレルリ「ラ・フォリア」  
第2部 ストローにいのちを吹き込む(ストロー楽器名作集)  
・「くるみ割り人形」よりマーチ、「剣の舞」、「喜びの歌」、「六甲おろし」ほか

## 編集後記

\*「相談員ノート」は、都合によりお休みしました。

先日、有馬温泉にある念仏寺へ沙羅の花と一弦琴の鑑賞会に行った。沙羅の花は、朝咲くと夕方には散ってしまうことから、無常観を表わす花といわれている。仏教でいう「無常」というのは、この世の中は、留まることなく常に変化していること。

沙羅の花を見てみると、「私は、役割を果たしたから、後はお願いね。」と次の花へとバトンタッチをして、散っていく姿が深く感じられた。

K. M

## 相談電話受信件数

受信月	3月	4月	5月	6月
受信件数	1,652件	1,672件	1,668件	1,700件
相談員数(延)	451人	449人	443人	432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 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.kaind.net/>