

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

撮影：岡本悦子



「一人に関わることしかできないけれど」

関西いのちの電話 理事 さいとう はじめ
齊藤 壹

東日本大震災から1年3ヶ月。被災地、特に原発事故による放射線量の影響が心配される福島に住む知人から聞いた言葉が心に残りました。「震災は人と人とを繋げるが、原発は人と人との関係を破壊する」というものでした。比較的裕福な人は、残る人への後ろめたさを感じつつ黙って引越していく。人と人との関係が裂かれていく。またこの1年で、出生数が従来の4千人から3千人に減少している。放射能の影響を心配しての中絶によるものとみられるというのです。報道されることの少ない現実に関心が痛みました。被災地の苦しみはまだまだ続くことでしょうか。そんな中で、“どう寄り添えば良いのか”という苦悩にうめく話でした。図らずも、その知人と時を過ごす中で、

“それでもやっていこう”とする気持ちを取り戻されたようでした。結果的には、苦悩する援助者の聴き手となる体験とでも言えるのでしょうか。私たちは目を懲らしてこの日本を見、どういう社会をこれから築いていくのかが真に問われていることを思います。

“いのちの電話”に関連していえば、日本の自殺者は大震災の犠牲者を遙かに越えて、14年連続で毎年3万人を越えているのです。驚くべき数です。希望を見失いそうなこの時代の中で、自分の話を一生懸命聴いてくれる人がいる時、人が立ち上がり始めるのではないのでしょうか。私たちは一人の話しか聴けないけれど、この積み重ねに大きな意味がでてくると思うのです。

記録分析委員会からの報告

2011年の受信状況について

関西のいのちの電話では、相談員が記録した受信カードをもとに、1年間の受信状況について分析を行っています。今号では、その分析に携わる記録分析委員会から、活動内容や受信状況から読み取れる傾向等について報告させていただきます。

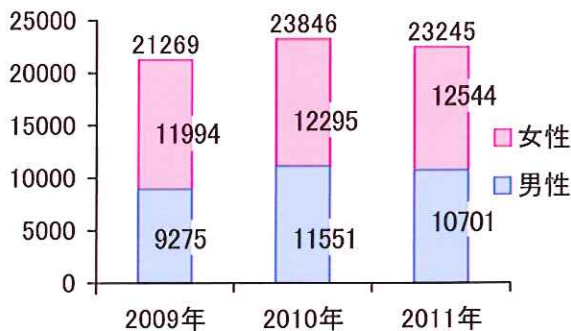
記録分析委員会の活動

記録分析委員会は、毎年20数名の委員によって構成されています。活動としては、まず、ひと月分の受信記録カードを年代、性別、未婚・既婚別で分類して20～24区分を作り、分担した委員が内容の分析を行っています。各人が担当区分の特徴や傾向等を受信状況報告シートにまとめ、毎月の委員会に持ち寄り全員で共有しています。また、1年間の総括として「受信状況と傾向(内部資料)」を全員でまとめ上げ、得られた情報を全相談員に発信し意識向上を図っています。

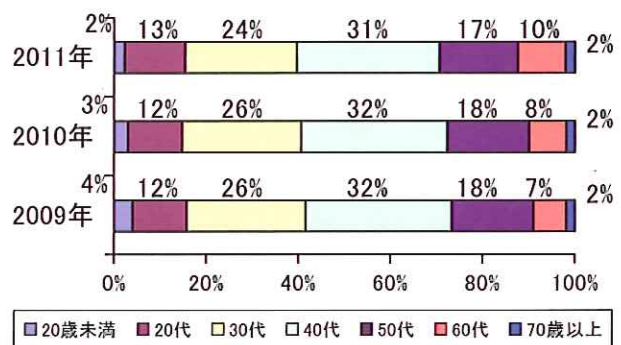
2011年 全体の受信傾向

年間の受信件数は、23,245件(男性10,701件、女性12,544件)でした。相談内容では、「人生」7,023件(30%)や「保険医療」5,924件(25%)で、生き辛さを抱えている人や、何らかの精神的な病気に苦しむ人からの訴えが半数以上を占めました。年代別では、40代7,234件(31%)、30代5,498件(24%)で、男女ともほぼ同じ傾向でした。一般的に充実していると思われがちな30～40代ですが、この受信傾向からは、人生に悩み、精神的な病を抱え、誰かにその辛さを受けとめて欲しいと願っている人が多いという状況がわかります。

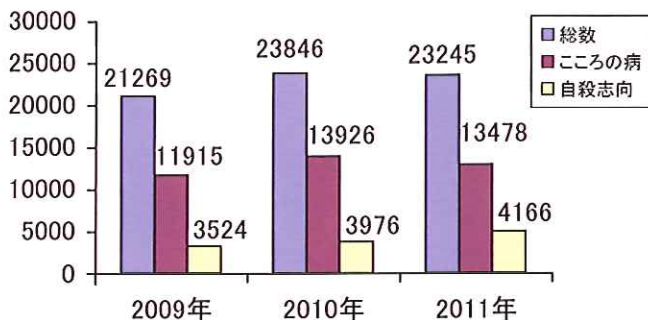
<男女別相談件数>



<年代別相談件数>



<「こころの病」と自殺志向件数>



<男女別相談内容 上位5項目>

男性

- ①人生(33%)
- ②保健医療(25%)
- ③性(9%)
- ④家族/相談外(8%)
- ⑤男女(6%)

女性

- ①人生(28%)
- ②保健医療(26%)
- ③家族(15%)
- ④対人(12%)
- ⑤夫婦(7%)

また、自殺志向は4,166件（男性1,703件、女性2,463件）と全体の18%を占め、その8割強が「念慮あり」で、最も危険度が高い「予告・実行中」は160件もありました。自殺志向件数を占める精神的病気の人は8割以上で、7割が治療中でした。

引き続き多い30代・40代未婚男性

全体では30代と40代が上位ですが、未婚・既婚別で見ると、男性では40代未婚が12%、30代未婚が9%と未婚者が多く、女性では40代既婚9%、50代既婚／60代以上既婚が8%と、既婚者が多いことが分かります。30～40代男性では、生き辛さや精神的な病気のために職に付けず、結婚もできず、社会との関係が切れている様子が分かります。40代～60代の既婚女性では、子育てを終えて家族や夫との問題に直面し、うつ病などを発症して苦しむ姿が浮かび上がっています。

また、総件数における自殺志向の割合では、20～30代未婚女性、40代既婚女性、40代未婚男性が多く、特に若い未婚女性に多いことがわかりました。それぞれの区分内における自殺志向の割合では、男性は50代既婚36%、40代既婚30%、50代未婚23%と高く、女性は20代未婚33%、同既婚29%、30代未婚26%、同既婚26%となっています。女性は20～30代が未既婚を問わず高く、病気や人間関係での葛藤から自殺念慮を持ち、

助けを求めていることがわかります。特に未婚女性の中には、精神的な病気や親近者からのレイプ・暴力、家族内での孤立感、職場での人間関係で追い詰められた様子が伺われます。一方、40～50代男性既婚者も自殺志向が高く、職場環境や家族を守るストレスが影響していると推察できます。

委員会活動で得られるもの

受信記録カードは相談機関としての公式記録です。そこには、相談者であるかけ手と聴き手との応答の息づかいが記録されています。読み手である委員は、統計数字だけでは見えないかけ手の姿、背景にある家族や地域社会のあり方を知り、「いのちの電話」としての相談活動の全体像を捉えることができます。そして、異口同音に「カードを読むことで多くを学んだ」と言います。どんな状況でも気持ちに寄り添って聴くことや、聴き手がしっかりとした軸を持ちながら、かけ手の思いに共感する大切さを学んだこと、そして聴くだけでなくカードに書き上げることも傾聴だという気づきです。また「多くの相談員が一期一会の思いで聴いている姿に励まされた」という声もよく上がりますが、懸命に寄り添おうとしている相談員に対し、心のケアも必要です。これらの貴重な学びや気づきを今後の相談員活動に繋げていきたいと考えています。

(記録分析委員会)

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 電話をつなげ、いのちをつなぎます。
活動資金が必要です。いのちの電話の活動を支えてください。

お振込先 ※社会福祉法人へのご寄付は税制上に優遇されます。

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 : ゆう貯銀行・郵便局 00990-3-68480

「資金ボランティア」のお願い

「時間や労力は提供できないけれど、いのちの電話の活動を応援しよう」と、思ってください方は、「資金ボランティア」になっていただけませんか。「資金ボランティア」になっていただいた方には、「資金ボランティア会員証(カード)」を発行しています。



募金をおわがいします



傾聴と共感 (10) 「聴き手としての相談員の質」

私たちの全国いのちの電話連盟は、世界の数多くの国の電話相談機関の連合体や独立して電話相談を行う諸機関を束ねる「国際緊急電話相談連盟」と連携しています。同連盟の倫理憲章には、基本理念と「電話相談の質に関する基準」が示されています。

その「聴くこと-活動の内容」のなかに、電話でのかけ手と聴き手の匿名性の保証に続けて、聴き手には、かけ手を「一人前の」市民として尊敬の念をもって受け入れること、そして、一方のかけ手には自分なりのやり方で自己を表現し、自分の言葉(方言)で話してよいという権利をもつことと明記しています。

次に、聴き手に、先入観なしにかけ手の存在に耳を傾けることを求めています。そのことによって、困難な状況に距離を置こうとつとめているかけ手を支え、不安を取り除くことを助け、これによって、かけ手は自らを信頼

する気持ちが高まり、ふたたび自分から何かを始めようとするようになるのです。

「聴くこと」は、聴き手がかけ手に対して開かれた心をもち親身になって聴く、知識と技能を備えた存在となることを意味しています。かけ手を暖かく理解をもって迎える態度が、聴き手にとっての必要不可欠な条件となるのです。

今、世界で行われている電話相談の仕事は、さまざまな社会的、文化的背景をもった人たちによって担われています。その相談員の資質は、「聴く力、心の広さ、成長に向けてみずからが変化させられていく覚悟」が、その資質を決定するのです。

電話相談に関わる私たちは、「語るべき相手がいる、自分を表現できることが、いかに人間にとって大切であるかを実感しています。この経験から、電話相談にかかわる者は、互いにしっかり耳を傾けて聴くことの大切さを、社会の他の領域においても広く推進していかなければならない」と。

〈国際緊急電話相談連盟の倫理憲章より引用〉

(長尾文雄)

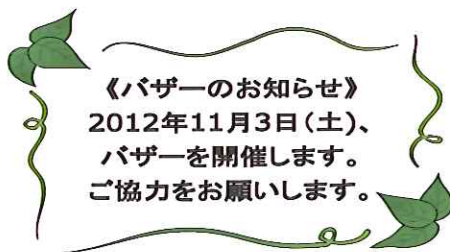
全国研修会会場決定、テーマ選定に向けて

4月発行の141号でお知らせしました第31回相談員全国研修会の会場は、大阪国際交流センター(大阪市天王寺区上本町)、開催日は2013年10月11日(金)~13日(日)か、10月25日(金)~27日(日)のどちらかを予定しています。

次は、大会テーマと基調講演者を決めることとなります。まず、大会テーマ作成のステップとして、5月17日に全国研修会実行委員会が開催され、出席者57人全員が、「社会状況」、「大阪の特徴」、「ボランティア相談員が必要としていること」の3つの「切り口」に沿った言葉を思いつくままに記述・提示するブレインストーミングを行いました。そして、

「切り口」毎に集まった100前後の言葉を、カテゴリー分類した結果、二つの特徴が見られました。①人と人の「関係」に絡む言葉が多い。②「社会状況」と「大阪の特徴」で提示された言葉の傾向が、前者では「否定的」であるのに対し、後者では「肯定的」であるということが読み取れました。

6月7日開催の実行委員会チーフ会では、二つの特徴「日本社会の人と人の関係性は、否定的・危機的」・「大阪における関係性は、ほちほち・ほどほどの距離感と笑い」が、伝わるような大会テーマにしたいとの思いを共有して、大会テーマの検討を行いました。7月には大会テーマが決まる予定です。 (広報委員会)



《バザーのお知らせ》
2012年11月3日(土)、
バザーを開催します。
ご協力をお願いします。

電話相談受信状況

受信月	3月	4月	5月
受信件数	2,050件	1,937件	2,000件
相談員数(延)	501人	495人	527人

編集後記

全紙面がカラーとなりデザインと色選びに四苦八苦した7月号です。よりよい紙面を目指していますので今後ともご協力をお願い致します。(T.H)

関西いのちの電話 第17回チャリティーコンサート

西本梨江 絵本コンサート ゴンドールのやさしい光 with 林 裕(チェロ)

日時 : 2012年7月27日(金) 午後7時
(開場6時30分、座席指定券引換午後5時30分より)
会場 : いずみホール(大阪市中央区城見1-4-70)
チケット : 前売り 2,500円(当日 3,000円)
【当日座席指定】 【チケット取り扱い】
いずみホールチケットセンター : TEL06-6944-1188
関西いのちの電話 事務局 : TEL06-6308-6868

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.kaindnew.com>