



# 関西いのちの電話



新潟県・妙高高原  
撮影：岡本悦子



## 風に寄せて

関西いのちの電話 理事 三橋淳子

風とは空気の流ること、あるいは流れる空気自体のことである、と意味を調べれば記されている。また古来、風という言葉は目に見えないものを象徴するためにも使われ、風は人々に影響を与える。人々は様々な風を区別し、様々な名前をつけて、またイメージが付加されることが多い。北風は冷たい冬の風、南風は夏の風として、また慣習によるものとして、そよ風、春風、強風。地域性のものとしては、からっ風、木枯らし、など。こうしてみると言葉というものは本当に意味深い。

日頃、いのちの電話の相談員は電話を通して相談者の語られる言葉に相談者の心を見る。

語られている言葉には語られていない心情も見え隠れしており、相談員は丁寧に寄り添い聴いていく。しかし寄り添い聴く、このことが思いのほか難しい、と気がついていく。相談員を志す人たちは2年の養成講座を経て相談員として認定を受けた後も様々な研修を受け自己研鑽を重ねていく。そして重ねていけば

いくほど自分自身の様々な面に気づき、そして自分自身への気づきが深まると人の心の深さにも触れることができる。そして聴き手として共感し相談者と共に支え、支えられる関係が電話相談で行われている。経済情勢も厳しい、また理由は様々ではあるが希薄な人間関係の中で「生きる力」が弱くなっている昨今、人々は生きづらさを感じている。人との関係に疲れている。病の重い人もいる。様々な人たちが人との関係に困り悩み暮らしている。いのちの電話相談では多様な相談員たちが匿名性の中で市井の人として身近に、そして訓練を受けていることで深く聴いていく。相談者の人たちの時には辛い、悩む日常が電話相談で再現される。そしてそこは相談員が寄り添い支える場となる。

師走を迎え喧騒の巷の中、関西いのちの電話は365日24時間「眠らぬダイヤル」として、今日も相談員は電話の前に座る。

関西いのちの電話 相談電話 (24時間365日) ☎06-6309-1121  
自殺予防いのちの電話 毎月10日 午前8:00～翌日午前8:00 ☎0120-738-556



関西いのちの電話 第19回チャリティーコンサート

# キュウ・ウォン・ハン バリトンリサイタル

日時：2014年8月26日（火） 場所：いずみホール



第19回チャリティーコンサートが8月26日、いずみホールにて開催されました。今回は、指揮者佐渡 裕氏の信頼も厚く、国際的に活躍されているバリトン歌手、キュウ・ウォン・ハン氏をお迎えしました。

オープニングはシューベルトの「野ばら」。豊かで暖かく、それでいて軽やかな声に、うっとりとしたまじまじの世界に引き込まれました。その後のオペラのアリアでは、まるで一人が歌っているとは思えないような、ホール全体に響き渡る声量に圧倒され、またその情感豊かな歌いぶりに感動しつつ、さまざまな役どころが楽しめるものとなりました。ただ歌う側は演技や声の切り替えに大変だそうです。



インタビューの様様

曲の合間にはピアニストの榎本氏の楽しいナビゲーションにより、歌の味わいをより

いっそう深めることができました。榎本氏のピアノ伴奏もすばらしく、さまざまなタッチの音色や即興的な演奏は歌を際立たせ、スリリングな展開を見せてくださいました。

後半は、外国の方には歌いにくいと言われる日本の歌を、言葉ひとつひとつを大事に、語るように歌われ、その優しさが心に沁みわたるようでした。映画やミュージカルの歌も、まるで場面が浮かび上がってくるような臨場感をもって聞かせていただきました。

空気を揺るがすようなフォルテの声も、語りかけるようなピアノの声も、どちらも聞く人の心に響き、訴えかけるものでした。人の声の持つ暖かさや力強さがこんなにも心をとらえ、癒しになることをあらためて思いました。インタビューから垣間見えた、彼の素朴ながら暖かい人間性、真摯に歌に取り組んでこられた姿勢が、彼の表現の源となっているのでしょうか。声に包み込まれる心地よさ、そして今生きていることの重みと感謝を感じさせてくれる歌声に、魅了された夕べとなりました。



サイン会の風景

電話相談においては、声はたったひとつのつながりとなります。相談員に、声の持つ力と可能性についてあらためて考える機会を与えてくださったキュウ・ウォン・ハン氏に心より感謝申し上げます。また彼の魅力を存分に引き出してくださった聴衆の皆様にも、深くお礼申し上げます。

関西いのちの電話 第33回公開講座  
NHK歳末たすけあい配分金による事業

## いのちの水は錯誤の水路を流って流れる

講師：徳永進氏

— 死や生の臨床から —

講師プロフィール：1948年、鳥取県に生まれる。京都、大阪の病院・診療所を経て、鳥取赤十字病院の内科に。2001年12月、鳥取市内にてホスピスケアのある19床の有床診療所「野の花診療所」を始める。1982年「死の中の笑み」(ゆるみ出版)で、第4回講談社ノンフィクション賞を受賞。

日時：2015年1月17日(土)午後2時（開場午後1時30分）

会場：大阪YMCA会館・2階ホール

☎：06-6441-0893 大阪市西区土佐堀1-5-6

参加協力費：1,000円（当日1,200円）

\* 座席に限りがございますので予めご承知ください

《お申し込み・お問い合わせ》  
関西いのちの電話事務局  
☎：06-6308-6868  
fax：06-6308-6180  
E-mail：kaind@age.ac





## 公開セミナー「聴く力を育てる講座」開催

前回に引き続き、5回シリーズの一般公開セミナー「聴く力を育てる講座」を開催しました。本セミナーは一般の方に傾聴の大切さを理解していただき、相談員への応募に繋がることを目的としており、相談員育成や研修の指導に携わるなど経験豊かな講師陣によって実施されました。毎回、聴き手と語り手の良好な関係の作り方や、聴くことの重要性を具体的に分かりやすく説明するだけでなく、ロールプレイを取り入れた実践的な内容でした。

受講後のアンケートでは「言葉の大切さや感情の受け取り方で関係性が変わることなど、気づきが多かった」や「傾聴とは情報として聞くのではなく、気持ちを聴くこと。そのためには自分自身への対話が必要」、「実際にワークすることで聴くことの奥深さを感じた」という声が寄せられる一方、「聴くことの難しさを実感した」という声もありました。講座が終了した後、受講生が明るい笑顔で帰っていく姿からも、満足度の高さが伺える講座でした。



	月日	内 容	講 師
1	11/1(土)	聴く人、語る人のスピリチュアリティ	伊藤 高章 上智大学 神学部教授
2	11/8(土)	実際にやってみよう、誰にでもできる傾聴 ①積極的傾聴	中西 美和 大阪女学院大学准教授
3	11/15(土)	実際にやってみよう、誰にでもできる傾聴 ②積極的応答	長尾 文雄 大阪女学院大学・短期大学講師
4	11/29(土)	ロールプレイを通して聴く力を養う	安田 一之 大阪学院大学 商学部教授
5	12/6(土)	大切な人と、こころを伝えあえていますか	長尾 文雄 大阪女学院大学・短期大学講師

### 第3回 関西いのちの電話 全体集会

7月5日(土)「第3回関西いのちの電話 全体集会」を開催しました。今回は、和歌山、神戸、奈良のセンターから5名の参加があり、合計49名となりました。各委員会活動の報告に加え、これからの10ヶ年事業計画についての報告もあり、参加者全員で現状の課題を共有することもできました。特に今回は、活動における悩みや運営のやり方などについて、他センターの方と情報交換することができ、今後の活動に繋げる貴重な場となりました。また、演劇や合唱で大いに盛り上がりながら懇親



することで、お互いが日頃の労をねぎらい、モチベーション向上や一体感醸成に繋げることができました。

### 第32回いのちの電話相談員全国研修会 ぐんま大会に参加して

11月13日～15日群馬県磯部ガーデンにてぐんま大会が開催されました。3日間ともすばらしく澄んだ青空に恵まれ、また連なるやまなみは紅葉を装い、心洗われる環境の中での開催でした。基調講演は哲学者の内山 節氏。「いのちは関係性の中にある」という言葉は、「里」の自然と人とのつながりの中で生活されている内山氏の、毎日の暮らしから紡ぎだされたものであり、とても心に響きました。



ぐんま大会受付

懇親会、16の分科会・ワークショップ、交流会、シンポジウム、いずれもぐんまの相談員の方々の暖かいおもてなしに支えられ、大変充実した内容でした。ぐんまの人や風景とともに、心に残る研修会となりましたこと、ぐんまの相談員の方々に深くお礼申し上げます。本当にありがとうございました。

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

## 歳末募金をお願いします

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：ゆうちょ銀行・郵便局 00990-3-68480  
口座番号：三井住友銀行・十三支店 (普) 998829





## 傾聴と共感 (17) 「共振れ(その2)」

「共振れ」(ともぶれ)という言葉は、辞書によると、「振動する物体がその固有振動と等しい振動数の外力の作用によって、自然に振動しはじめる現象。また、複数の人間の間に、同じ感情が同時に起こること。」とあります。共振(きょうしん)。共鳴という現象を表しています。また、「振れ」は「ふるえる」と読めるし、「ぶれる」とも読めます。

さて私は、どのニュアンスで使おうとしているのかと、「ぶれ」(方向や視点のずれ)が生じています。

前回の文末に私は、次のように書いています。

かけ手の苦しさに寄り添い受け止めようとするとき、聞き手はその問いの重さに自らの存在をも揺さぶられるのです。この聞き手としての「私」が揺さぶられている状況を「共振れ」というのです。この「共振れ」こそ、聞き手の人間存在としての「私」を育てる手がかりになるのでしょうか。

この使い方は、「振れ」ではなく「揺れ」であることとなります。つまり「共振れ」です。

この言葉で、調べていると、かつて私達のセンター

で基本的な研修に携わっておられた譽田俊郎さんのブログに接しました。

「同情は相手と一体化して共揺れすることである。自他の境界が消えて相手の問題と自分の問題が重なってしまい、聴き手の方が激しく動揺してしまう状態である。いわゆる「入れ込んでしまって」、オーバーな同感の言葉が口をついで出てくる状態だ。これに比べて共感の応答はややクールに聞こえるので、たまには同情のもつ強い感情のこもった応答が生きてくる場面は確かにある。しかし基本的なみて、同情的な応答が多い人は、自我境界が弱いか、または自分の抱える同じ問題が未解決という場合が多いように思われる。これではCLの方でも安心して相談が出来なくなるだろう。」(CL:クライアントの略)

なるほどと思うのですが、専門家ではない相談員は、自分の経験していない世界にいるかけ手に接すると、不安や困惑、そして理解しようとするあまり感情移入をしてしまいます。その結果、激しく動揺することがあるでしょう。そして、「共倒れ」になる場合も。しかしもし、かけ手が今、自分の心の揺れと共に揺れている電話の向こうの存在に気づいたとすれば、どうなるでしょうか。(長尾文雄)

(引用:日本国語大辞典。譽田俊郎:心の相談室メンタルケア天王寺所長 カウンセリングについて考える)

### ボランティア募集中

— あなたも私たちの活動に参加しませんか —

## 第51期電話相談員養成講座のご案内

募集期間 \*2015年2月2日(月) ~ 3月24日(火)

養成期間 \*2015年4月 ~ 2017年3月(2年間)

講座内容 \*1年目は1泊研修(1回)・週1回の講義またはケース研究・実習があります。  
(講義は毎週木曜日・午後6:30~8:30)

講座内容 \*2年目はインターンとしての実習とスーパービジョン、及び各種研修があります。

社会福祉法人・関西いのちの電話

☎: 06-6308-6868 <http://www.kaindnew.com>

《募集要項は事務局までご請求ください・ホームページからもダウンロードできます》

## こんなこともやりました! あいしました!

2014年の活動の一部をご紹介します。

### 出張講演他

- ・6月 YMCA学院高等学校 講座「共生社会」講義
- ・6月 尼崎市 校・園長研修会 講演
- ・8月 大阪精神科診療所協会 研修会 プレゼンテーション
- ・9月 大阪市西区社会福祉協議会 精神保健福祉ボランティア養成講座 講演
- ・9月 ソニー生命保険(株) 秋の研修会 講演
- ・10月 大阪府自殺予防プロジェクト プレゼンテーション
- ・11月 YMCA学院高等学校 講座「共生社会」講義
- ・11月 アジア学院研修ツアー トーク
- ・11月 なんとかかなるさ♪の会 トーク

### マスコミ関係

- ・6月 読売TV「かんさい情報ネットten 特集 いのちの電話が危機」放映
- ・9月 週刊新潮記事掲載 ~ 「いのちの電話」が受け止めてきたもの~  
9.11(前編)「いのちの電話を知ろう」 9.18(後編)「いのちの電話を語ろう」

## 編集後記

昨年と今年の12月号の記事を見比べると、記事タイトルはほぼ同じ。毎年繰返す年間行事の記事があり、連載記事、募金要請の文書がある。それらは「関西いのちの電話」の安定した活動を示している。

一方、毎号の報告記事「電話相談受信状況」は無味乾燥な数字であるが、かけ手と相談員の「一期一会」の関係の積算数である。数字と同数の安定から程遠い不安と苦悩に満ちた人生が、電話の向こうにあり、かけ手独自の時間が流れている。その時間の流れに寄り添い苦しむ相談員がいる。(HS)

## 創立41周年記念バザーを終えて

11月1日(土)小雨模様の中、創立41周年記念バザーが開催されました。足元が悪く、それほど多くの人出はありませんでしたが、入場を待つ人の列がで、園庭は子どもたちの歓声でにぎわいました。午後は天然デンネンズさんの歌声が雨上がりの空に響き渡り、またみんなで河内音頭を踊り、楽しいひと時となりました。収益は、活動資金として大切に使用させていただきます。



小石に絵を描く子ども

バザーにご寄贈いただいた下記の企業様、ご来場くださった皆様、心より感謝申し上げます。

(株)江崎グリコ、(有)なかの、(株)ダイドー織維、(株)東リ、ミートショップ丸清(敬称略)

### 電話相談受信状況

受信月	6月	7月	8月	9月	10月
受信件数	2,101件	2,229件	2,036件	1,994件	1,962件
相談員数(延)	497人	551人	516人	498人	510人

大阪府共同募金会の助成を受けて発行しています。

### 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>