



# 関西いのちの電話



鳥取の桜並木



## 「初代理事長 R,チネカ神父のこと」

関西いのちの電話 理事長 李 清一（イ チョンイル）

関西いのちの電話初代理事長のライムンド・チネカ(1929～2008)神父と私の出会いは、1971年の夏頃でした。7月にソウル留学から日本へ戻り、大阪生野区に設立された在日韓国基督教教会館(KCC)の幹事として働くことになり、生野のキリスト教関係の方々を訪ねて挨拶をし、お話を聞くことが仕事の出発でした。その時がチネカ神父との出会いでした。

チネカ神父は、1929年ドイツで生まれ、1959年6月にフランススコ会の宣教師として来日され、病気のため帰国される2003年4月までの46年間にわたり日本で活動されました。

チネカ神父と生野地域を越えての協働の場は、「関西いのちの電話」の設立と運営でありました。すでに東京において1971年に「いのちの電話」が開設されていました。それに刺激されて、約1年半の準備期間を経て、2年後の1973年9月に関西いのちの電話が開局されました。その目的は、『「孤独」の中にあって、援助、慰め、励ましを求めている一人ひとりに対して、『電話』という手段を用いて、善い

隣人として適切な援助を行う」というものです。当初の開設準備に加わった人たちは、カトリックとプロテスタントの教職・信徒でしたが、その中心はチネカ神父でした。組織が整理され、初代の理事長にチネカ神父が就任(1974年)され、社会福祉法人化の方向付けを行う中で、1977年に理事長を辞任されました。チネカ神父は、時代状況を見抜き、日本社会に何が必要なのかという判断力を持っておられた人でした。そして必要なことを仕上げるために周りの人々を動員する上で特別な能力を持っておられ、誰もがチネカ神父に喜んで協力する姿を見させていただきました。チネカ神父は、素晴らしいオーガナイザーの資質を持っておられました。

常に「弱い立場におかれた人々への配慮」、「平和のための働き」をモットーに働かれていたチネカ神父のスピリッツが「関西いのちの電話」にいつまでも引き継がれていくことを改めて願う次第です。

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 ☎0120-783-556

# 「絵描きなわたしの波乱万丈人生」

～セクシャルマイノリティ当事者としての人生～

日時：2020年2月1日（土）

場所：大阪YMCA会館2Fホール

講師 こうぶんこうぞう



こうぶんこうぞう:

自分自身や現代社会を子どもという被写体を通して表現している画家・現代アーティスト。描かれる子どもたちの愁いを含んだ瞳は、見る者を独特のこうぶんこうぞうワールドに引き込む。またセクシャルマイノリティとして辛い過去を経験している。

泣きそうな、ちょっと怒っているような、思いつめていような…そんな子どもの絵がいくつか置かれた舞台上、こうぶんこうぞうさんは美しいあでやかな青のドレスで登場した。髪を長く揺らしながら、柔らかい物腰ながらも、ぐいぐいと自分の世界に引き込んでいく語り口には、何かしら信念を貫き生きてきた人という印象を受けた。

3人兄弟の真ん中、5歳のある日突然両親の態度が変わり自分の何かが否定された事に始まり、学校で「男なのに女っぽい」と先生からも友達からもからかわれたこと、「普通じゃない、みんなと同じにきなさい」と言われどうしても理解できず混乱したこと、ただ自分らしくいたいだけなのに、周囲からは否定されいじめられた経験の数々、それでも自己主張を繰り返し争った日々…大人たちからは異端児・問題児としてさじを投げられ、また思春期に感じた「引き裂かれるような自分の中の二人」。自分の中にも外にも自由はなく、抑圧を強いられ、死にたいと思うのは当然だったろうと思う。そして農薬を飲んで自殺未遂。しかし奇跡的

に一命をとりとめる。

そんな日々の中で、自分を肯定できるものは絵を描くことだけだった。描くことは唯一の現実逃避であり、生きていること、自分の存在を確認できる唯一の行為だった。また、こうぶんさんの優しさや才能を認めてくれる叔母や美術の先生たちの支えもあり、絵と共に生きて行こうと決心する。絵に救われ、描かなければ生きていけなかった。20代後半にカミングアウトし、過去の辛い経験も受け入れ、作品として昇華していく…それらがユーモラスにまた涙をもって語られた。最後に、「自分を自分で差別してはいけない、自分だけは、自分を否定しないでほしい。そしてマイノリティの人々は声を出し続けてほしい。マイノリティでもウェルカムの世の中を作りたい」と締めくくられた。

男と女、大人と子ども、日本人と外国人、健常者と障害者…これらの違いは何なのだろう。どの人にも魂の叫びがある。外見や能力に惑わされずに魂の脈動を聴き取れるような、そんな相談員になりたいと切に思う。

# 「関西いのちの電話」と関わった年月を振り返って (その2)「ユニークなボランティア活動」

元関西いのちの電話理事・訓練委員長 菅田 俊郎

私は大阪高齢者大学に入学し、日本の起源と文化を学んでいるが、ここでは学科以外にボランティア活動が重視され、自分のボランティア活動経験を語るという時間が設定されていた。私は稀少な経験者の一人として、「いのちの電話」での奉仕経験を少し披露したのだが、明らかに驚きに近い反響があった。ボランティア活動と言えば、生活や身体の不自由で困っている隣人をそこまで出向いて、無償の善意で助けるというのが、普通のパターンであろう。ところが、「いのちの電話」では、相手と顔も合わせることなく、しかも精神的な面で隣人に寄り添い、助けようとするのである。我々にとっては、このことは当たり前なことなのだが、世の中を見渡せば、これが如何に特殊な活動であるかが分かる。

しかし、いずれのタイプにせよ、隣人愛の根っこには、かつて自分が困った苦しみの体験がある。自分が苦しんだ体験があるからこそ、苦しむ人を見れば助けずにはいられなくなるのである。苦しみの体験が隣人愛の種子なのである。その隣人愛に優劣はない。ただ、「いのちの電話」の相談員になろうとする人は、生活上の苦勞以上に悲しみや心理的悩みが深い——あるいは深かった人であり、しかも、その種子を「隣人愛」として発芽させる機会に恵まれた幸運な人だと私は思う。

もう一つ、普通のボランティア活動と「いのちの電話」との大きな違いは、前者は今までの各自の人生体験があれば十分対処できるのに対し、「いのちの電話」ではそれでは不十分で、「傾聴力」を養うために、講義を聴いたり、体験学習をしたりと大変な努力が必要であるという点だ。体験学習というと、グループ体験しか思い浮かばぬようでは心もとない。相談活動のアルファであり、オメガである「傾聴力」は総合的な学習と人間的成長の果実なのだ。小手先の努力で身に着くものではない。その意味で、「傾聴」とは我々にとって「永遠のおいでおいで」なのかも知れない。私は、訓練委員として養成や研修の中で、「自分は聴けている」と自負するメンバーの鼻をへし折り、怒りを買ったことが幾度あったことか。

ボランティア活動の特色は、こちらから奉仕することに対する対価は一切——感謝の言葉以外——返ってこないという点にある。プロのカウンセラーなら必ず一定の料金が支払われる。だが、いのちの電話では、いくら聴いても金銭的報酬は一切ない。阿保らしく、嫌なテレホンセックスまで、聞かされた上に、である。報酬は悩みを聴き、共有する中で、人間同士として「出会えた」ことの喜びしかない。しかしこの喜びが如何に日常の人生の中で得難いものであることか！そしてこれがないと、相談員は続けられないのだ。

ところで「いのちの電話」では、組織を運営するため、相談活動以外の各種委員会活動も求められる。これは組織にとっても、相談員にとっても、かなりきつい負担である。各自の生活事情以外に、この要因で辞めていく人も多い。私もそのため辞める決心を何度もしながら、長年「いのちの電話」で奉仕できたのは何故だったか。今回はこの点を考えてみたい。



## プロフィール

1932年大分県生まれ。1955年新制京都大学文学部・独文科卒業。兵庫県・大阪府の公立高校教諭を30年間歴任した後、心理臨床の分野に転じる。大阪芸術大学や大阪学院大学の学生相談室の専任カウンセラー・非常勤講師(心理学)、関西カウンセリング・センターのスーパーバイザー・講師を務める一方、「関西いのちの電話」で34年間、相談ボランティアを務めた。私設の心理相談室「メンタルケア天王寺」を開設し、所長として現在に至る。著書として『孤独なところを支える』(共訳・朱鷺書房)、『電話相談の特質——その可能性と限界』(関西いのちの電話)、『夢の不思議—無意識からのメッセージ』(朱鷺書房)、『私が体験した人生の真実—大学生のレポート』(メンタルケア天王寺)、『夢分析から見る生と死』(風詠社)、『カウンセリングについて考える—「響存」の立場から』(東洋出版)。

## あたたかいご支援ありがとうございます

2019年11月1日～2020年2月29日までに、次の方々から社会福祉法人関西いのちの電話への寄付をいただきました。心より感謝申し上げます。今後ともご支援、ご協力をお願い申し上げます。

(五十音順 敬称略)

### 【個人】

浅井 良子	小頭 誠	清水 玲子	土屋 俊平	林 和子	山内 通生
家田 荘子	小川 弘二	下岡 佳子	筒井久美子	林 幸	山内 信三
石原 紘	片山 巖	白方 誠彌	妻鹿 泰子	藤田 淑雄	山口 健一
伊藤 誠一	金岡 重雄	菅谷 道子	道免 逸子	古坂 啓子	山下 政義
今村 良子	河辺 哲郎	杉浦真喜子	長尾 文雄	松野 五郎	山田 孝彦
上村あけみ	岸本 彰五	杉山 邦子	永富 美加	眞野 和子	山本 雅司
宇野 徹	北之坊皓司	隅田 保	長野加代子	三浦 直之	吉岡 和子
大坂 雅巳	小村 典子	竹村 武男	中野 爲夫	宮下 弘道	渡辺藤一郎
大塚 伸二	佐々木 薫	田中 義信	中野 桂子	宗行孝之介	渡辺 美保
大津 久直	佐治千栄子	田中 豊子	西田 和子	森田 和典	匿名 13名
大野 則子	柴峠 隆士	田辺 昌良	浜本由紀子	安岡久美子	

### 【団体】

愛徳カルメル修道会 本部修道院	菅原天満幼稚園	日本基督教団 天満教会
援助マリア修道会 (福山)	聖心会 小林修道院	日本基督教団 豊中教会
大阪クリスチャンセンター	聖パルナバ病院 (サマリヤ会)	日本基督教団 東梅田教会
大阪聖愛教会	聖母被昇天修道会	日本基督教団 武庫之荘教会
大阪聖アンデレ教会	聖母奉献修道会	日本自由メソジスト教会 布施源氏丘教会
大阪帝塚山ライオンズクラブ	日本イエスキリスト教団 垂水教会	日本聖公会大阪教区婦人会
大阪YWCA	日本カトリック教会 玉造教会	日本ナザレン教団 大阪桃谷教会
小林聖心女子学院 中高奉仕部	日本カトリック教会 箕面教会	日本バプテスト宣教師 池田キリスト教会
カトリック鈴蘭台教会	日本基督教団 大阪教会 婦人会	能勢ライオンズクラブ
カルメル会修道院	日本キリスト教会 大阪北教会 婦人会	(株) マツヤ
関西学院宗教活動委員会	日本キリスト教会 西宮中央教会	レデンプトリスチン修道院
京谷クリニック	日本基督教団 阿倍野教会	YMCA サンホーム
汚れなきマリアのクラレチアン宣教	日本基督教団 石橋教会 婦人会	匿名 4件
修道女会	日本基督教団 大阪教会	
合資会社 寿屋	日本基督教団 大阪東十三教会 女性の会	
在日大韓基督教会京都教会向上社保育園	日本基督教団 聖峰教会	
在日大韓基督教会堺教会	日本基督教団 千里丘教会	
在日大韓基督教会平野教会	日本基督教団 塚口教会	

◎他に相談員・理事・評議員・有志などが支えています。

### こんなこともやりました！ あいしました！

#### 2019年12月～2020年3月

- ・ 12月17日 大阪府自殺対策審議会
- ・ 1月15日 川西市けやき坂公民館 講演
- ・ 1月16日 博愛社 地区懇談会
- ・ 1月27日 第4回理事会
- ・ 1月28日 日本いのちの電話連盟 近畿地区ブロック会議
- ・ 1月31日 傾聴セミナー・電話相談ボランティア説明会 (梅田)
- ・ 2月1日 第38回公開講座  
講師：こうぶん こうぞうさん (大阪YMCA会館)
- ・ 2月4日 傾聴セミナー・電話相談ボランティア説明会 (天満橋)
- ・ 2月6日 大阪府被害者支援会議
- ・ 2月15日 傾聴セミナー・電話相談ボランティア説明会 (難波)
- ・ 3月30日 第5回理事会・第2回評議員会

#### 2019年度歳末募金のご報告とお礼

関西いのちの電話事業のために、ご支援・ご援助を賜りありがとうございます。さて、昨年12月より、歳末募金を皆さまにお願いしましたところ、個人募金(154件)1,941,893円、団体献金(41件)575,595円、総額(195件)2,517,488円の募金をいただきました。(2月29日現在)。

ここに、結果をご報告し、ご協力いただきました皆さまにお礼申し上げる次第です。どうぞ今後ともご支援のほどよろしくお願い申し上げます。(財務委員会)

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、電話をつなぎ「いのち」をつなげます。いのちの電話の活動を支えてください。

#### 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優遇されます。  
 口座名義：社会福祉法人関西いのちの電話  
 口座番号：ゆうちょ銀行 00990-3-68480  
 ：三井住友銀行 十三支店 (普) 998829

## 54期相談員認定者と永年電話担当者へのお祝い・感謝のこぼ

<新型コロナウイルスの影響により、3月14日開催予定の認定式・永年感謝式は延期。式典参列予定者に対するお祝いと感謝のこぼ、及び永年担当者の思いを記事にしました。>

電話相談員養成講座の受講を終了され、相談員の認定を受けられました第54期9名の皆様、お疲れ様でした。そして誠にありがとうございます。

人様からの相談を受けるための準備の養成講座に、自分で講習費用を負担し、時間をやりくりし、雨の日も風の日も、暑い日も寒い日も週1回の夜の講座に集い、ほとんどの人が経験することのない研修から始まり、講師からの講習を受ける。それが終わると、2年目には大変な実習をこなしてこの日をお迎えになられました。皆様のご努力に心から敬意を表し、お祝い申し上げます。2年間のこの得難い体験は、電話相談のみならず、あなたの人生を意味あるものにするには間違いありません。これからの歩みにエールを送ります。

また、この働きに携わって下さり、最低でも月2回の電話担当を担って下さっている相談員の皆様、そのご苦勞をお察しし、心から謝意を表します。しかし、皆様の存在が、いかに多くの悩める人々の力となってきたかは計り知れないものがあります。この働きを続けて下さって10年、20年、30年、更に40年を迎えられた方々には毎年謝意を表する時を持っています。どうかご健康の許される限り、これからも良き聴き手としてご尽力いただきますようお願い申し上げます。(評議員 齊藤 壹)

### 卒業はいつの日か…

いのちの電話に参加して40年!なんと人生の半分以上、これに関わっています。最初は「人のお役に立てる活動を…」という思いで始めましたが、今になってみれば、「人を助ける」というよりも「人に助けられている」自分がいることに気づかれます。かけ手は自分自身のことを包み隠さず本音で話してくれます。本音に心が響きます。沈んでいたかけ手から、電話を終わる頃には気持ちを取り戻し「聴いてくれてありがとう!」と言われると、こちら心も弾みうれしくなります。元気をもらいます。電話をとおして「共感」し合い「共に生きている」ことを確認しているようにも思えます。こんな「いのちの電話」の活動はいつまで続くのだろうか。卒業の日はまだまだ先のように…エンドレスかな? 14期 Y.K.

### 支えられて20年に感謝

人生の半分を過ぎて、後半の生き方を考えていた頃、いのちの電話に縁を戴いた。一泊研修、養成講座は少し勉強した事もあって興味深く今まで理解出来て無かった事が分かる様になり、同期の仲間とも時間を忘れて語り合っていた頃が今は懐かしい思い出になってしまった。電話担当が始まり、今まで想像もしていなかった相談を必死の思いで聴いていた。精一杯かけ手の思いを聴いたつもりが、聞き手の生き方が赤裸々に出ていて、問題解決、納得して欲しい思いが強くなる言わなくても良い言葉をいっぱい喋っていました。又、談話室で先輩がお茶を入れて下さって、話を聴いて頂けて気持ちが楽になり落ち付いた気持ちで家に帰る様教えて頂きました。そして電話担当以外でもバザー、チャリティーコンサート等出会った方々との関わりは(人が人を育てる)と思えることも経験しました。支えたつもりが支えられた今に感謝です。 34期 A.N.

### 関西いのちの電話の電話と私

30歳の頃、養成講座を受けてそれまでに経験したことのない手ごたえを感じた。最初の体験学習は衝撃的だった。私の入ったグループは男性が一人だけだったのでメンバーの方から司会をするように言われて調子に乗ってたら、長尾先生からちょっと黙るときと言われ、そうなんやと思った。その日の夜は興奮して眠れなかった。養成講座では毎回貴重な学習をした。相談員に認定されいくつかのグループ研修をしていく中で外部のワークショップに参加した。Tグループのオブザーバーをさせてもらった時、石になるようにアドバイスされた。はじめの2・3日は石になるように努めていたが心と頭はじつとしてくれなくて苦しかった。3日目頃に人を評価的に観るのではなく、素直に観れるようになって随分楽になった。この経験は職場に帰ってからの人間関係にも大きな変化をもたらした。特に苦手としていた人との対応がスムーズにできるようになり、大げさに言えば人生がバラ色になった。また自分の欠点を受け入れることができるようになり、他人の欠点も許せるようになった。20年ぐらゐ相談員を続けていたら、仕事でも重要なことを任せられるようになり、多忙を極めたので相談員を10年間休んだ。定年退職を控えて、復帰のプログラムを修了し相談員に復帰した。今は復帰して10年になり、感謝式を受け感慨深いものがあります。今は73歳ですが80歳まで続けようと思っています。ここまで続けてこられたのは人様の相談にのっていると自分自身の気づきも多くなるからだと思ひます。 20期 N.H.

### 聴いてもらって、聞かせてもらって、ありがとう

〈日々の相談の中から、かけ手の「感謝」「心に響くことば」をお知らせします〉

他の所では「そんな話は関係ないので聞けない」と言われるが聴いてくれてほっとした。ありがとう、ありがとう、ありがとう。

「娘たちを育て今の平穏な生活を築かれてきたことは何よりの誇りにしてください」に涙が出ます。なかなか自分をほめることができないものですから…。ありがとうございます。



癌の末期だった妻が亡くなる1か月前に「いのちの電話」の番号を私に教えてくれた。苦しい時かけるようにと、必ずつながるから話中でもかけ続けるようにと。「いのちの電話」はギフトです。いのちのギフトです。



## 問いかけることと共感 13 「態度としての共感」

電話相談の基本である傾聴は、アメリカの心理学者でカウンセリングの創始者カール・ロジャーズによって提唱され、「積極的傾聴」として知られています。その傾聴の前提として、話を聴く側に必要な中核条件が下記の3条件だと言っています。

彼はこの条件は、カウンセリングの技法ではなく、聴き手の態度であり、姿勢であることを強調しているのです。私は「受容と共感」を傾聴の技法のように理解していたようです。

ロジャーズの使っている言葉を再吟味しました。

### 1) Congruence or Genuineness

「自己一致と言うか純粋性」と訳されています。しかし、Genuineは「本物の」という意味で、聴き手は「本物の自分」として、誠実で、防衛的な仮面の下に隠れているのではなく、「いま、ここ」に居て何を感じているかに注意を向けながら、ともに居るかけ手に関わる態度のことです。

### 2) Unconditional positive regard or Acceptance

「無条件の肯定的配慮と言うか受容」ですが、配慮「regard」は、フランス語の語源で、「みなす、考える、見みつめる、顧慮する、注意を払う、考慮に入れる」との意味です。「無条件の肯定的な見守り」です。平易な言葉では、「受容」ですが、善悪や好き嫌いで評価をせず、肯定的な関心を持って、相手を見守る態度です。

### 3) Empathic understanding「共感的理解」

「共感的な態度で話を聴き、理解する」日本語では、「共感する」と言いますが、英語では「共感を持つ」と。つまり「相手の立場になって、その人の境遇、感情、動機を自分のことのように認識し、理解する態度のこと」です。

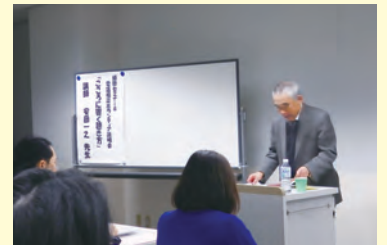
ロジャーズは、「受容・共感」の態度以上に、聴き手が自分自身の身体の内を感じていることに、誠実であってほしいと言っているのではないのでしょうか。

<池見 陽著『傾聴・心理臨床学アップデートとフォーカシングを感じる・話す・聴くの基本』2016>

(長尾文雄・元大阪女学院大学／短大講師)

## 傾聴セミナー&電話相談ボランティア説明会

1月31日、2月4日、2月15日(2月29日はコロナウィルス対策で急遽中止)に、梅田・天満橋・難波で開催されました。安田一之氏の『心に響く聴き方』の講演では、「volunteerは元々、志願兵・自警団と訳されるように、本来の意味は“個々の自発性”が中心となること。“ひたすら集中して聴く”ことで、相手が話し(⇒気持ちを放し)、心の中のを解き放ち、共感・受容されることで客観視し、問題の方向を知り、あるいは行動を変えていける」等、日常生活を例にとりつつ電話相談が果たす役割へとお話が展開され、総勢35名の参加者は引き込まれるように聴き入っていました。また、養成・研修委員会から相談ボランティア養成講座の説明がありました。一人でも多く、養成講座へ応募して下さいを願っています。



この広報誌は、令和元年12月に実施されたNHK歳末たすけあい配分金を受けて作成したものです。府民(寄付者)のみなさまに感謝いたします。

### 編集後記

毎年3月、新たに認定された電話相談員を祝い、永く続ける相談員の節目の年に感謝する式典が、今年は残念なことに延期になった。

日々、相談活動が続ける相談員の「思い」を伝える記事と電話相談を通して個々の相談員が受け取った「かけ手のことば」の記事を通して、相談員を続けている動機・意欲が理解でき、電話相談活動の意義が確認できる。

新しく活動を始められる相談員も、永く続けることにより、意欲を高め、意義を確信し、10年後の永年感謝式に参列されることを期待する。

(HS)

### 電話相談受信状況 (2019年～2020年)

受信月	11月	12月	1月	2月
受信件数	1,800件	1,842件	1,690件	1,509件
相談員数(延)	483人	486人	466人	417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 李清一 編集 広報委員会

ホームページ <https://www.kaindnew.com>