



関西いのちの電話



鳥取の夏の海



「つながり」 —新型コロナウイルス感染流行の中で—

関西いのちの電話 評議員 齊藤 壹

1月には、武漢からの帰国者に「新型コロナウイルス感染症」が確認され、2月にはクルーズ船の乗客で集団感染が起こっても、なお他国の出来事のように思っていた感染が、あっという間に世界的拡がりとなった。日本では「都市封鎖」までには至らなかったが4月には「緊急事態宣言」が出され、想像を越える犠牲者を出しつつも、関係者・医療者の並々ならぬ尽力、人々の強い警戒心と良識が作用して、今、何とか緊急事態宣言はひとまず解除となった。

例えば私でも、常々お世話になっている医院の患者さんに罹患者が出たり、ご高齢の知人が亡くなられ、急に身近な出来事として迫ってきた感があった。この事態の中で、倒産、失業等々、先の見えない不安の中に置かれた人々が大勢出ていることを思う。詳細はまた後日に報告されるであろうが、4月の相談電話の受信件数が減少しているのは、相談をする気持ちにさえならないほどのダメージの大きさを反映しているのかも知れないと想像したりする。

筆者は、教会の働きに関わっているが、日曜日の礼拝を3か月に亘って自粛するという前代未聞の状態に置かれた。気心の知れた同信の友と会えない、特にご高齢の方、一人暮らしの方などには大きな悲しみとなった。そこで、集まれない代わりに、毎週、メッセージや会員の近況等を印刷物にして配布し、互いに電話やメールの交換をしようと促した。更に、若い年代から促され、高齢者も巻き込んで、新しい通信手段で、オンラインでのプログラムなどにも取り組み、それぞれが生きるエネルギーを回復されていくのを目の当たりにした。一言でいえば「つながり」の大切さの再確認とも言えるだろうか。

この不安な状況の中で、様々な機関の相談窓口が増えていっていることは喜ばしいことで、今や老舗格の「関西いのちの電話」の活動も、耳元でしっかり電話の掛け手の思いを受け止め、「生きている」という「つながり」を確認する掛け替えのない働きであることを、今、この時にこそ確認したいものです。

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

こころを病む人々の声に耳を傾けて…

関西いのちの電話 記録分析委員会

2019年の電話相談から見えてくるもの

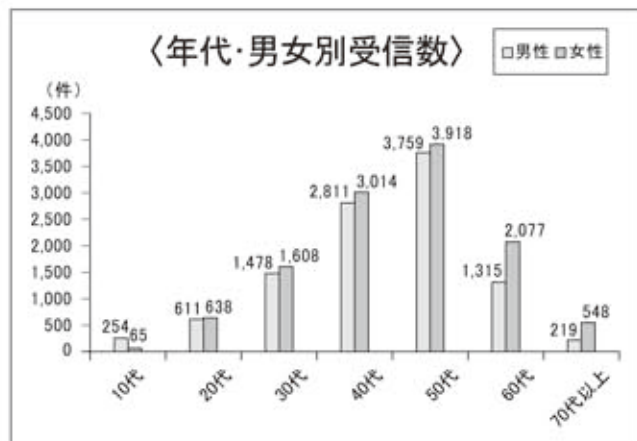
関西いのちの電話では、毎年、1年間の受信状況について記録分析委員会が統計的分析と相談内容から読み取った傾向について報告をまとめています。

2019年全体を通して

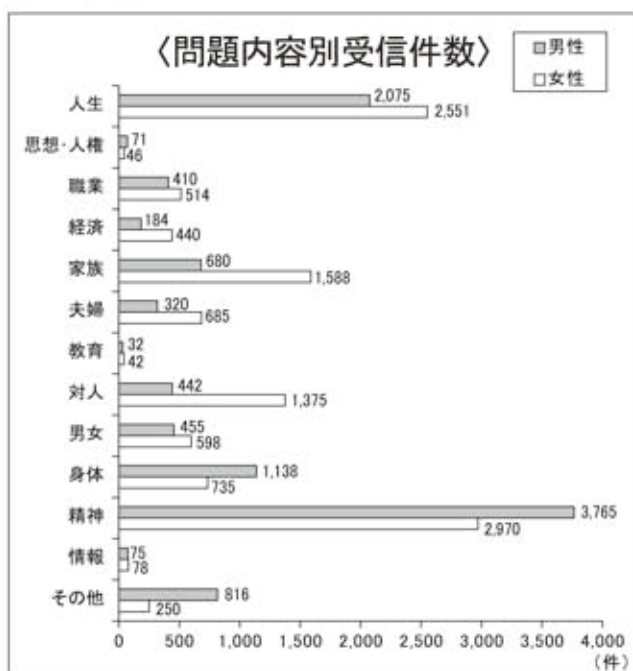
2019年1年間の総受信件数は22,335件。2010年以降23,000件台を推移(2014年の24,147件以外)していたが、2019年は減少傾向にあり、前年より1,567件減少しています。月平均約1,900件を受信し、月平均延べ約490人の相談員がその相談を聴いています。かけ手の性別では、男性が全体の47%、女性が53%でした。また、心の病を持っていると思われる人からの受信件数は14,576件、総受信件数の65.2%でした。



年代・男女別で受信件数を見ると、男性は50代が最も多く、次に40代、30代という順になり、女性は50代が最も多く、次に40代、60代の順になっています。また若い男性に性の悩みが多くあることから10代は男性からの受信数が多くなっています。



20代から50代は女性・男性ほぼ差はありませんが(女性が少し多い)、60代以降は女性からの受信が多くなっています。これは退職した夫との会話のない生活、親の介護の中で見失う人生の展望、将来への不安など、60代以降の女性に一気に降り注ぐ生活の変化を表しているように思われます。



問題(相談)内容別では、「精神」に含まれる心の病の相談が最も多く6,735件、30%を占めています。うつ病や統合失調症に加え、嗜癖行動についての悩みも増加傾向となっています。二番目は男女ともに「人生」の問題で4,625件(21%)です。「人生」の相談の中には孤独を訴えるものも多く、かけ手は電話相談で誰かと繋がることにより安らぎを求めているようです。また女性は「精神」「人生」に次いで「家族」(13%)、「対人」(12%)の相談が多くあるのに対し、男性では「身体」(11%)、「その他」(8%)が多く見られます。男性の「その他」は816件ですが、これにはテレホンセックスではないかと思われる電話が含まれています。また「家族」の近親姦、「身体」「精神」における性の悩み、そして「男女」の男女関係といった相談内容の中にもテレホンセックスは存在しており、真剣にかけ手と向き合い耳を傾けていた相談員が、相談が進むにつれ、裏切られた思いを抱き、無力感を味わうこともあります。

自殺傾向について

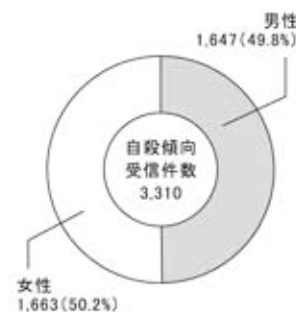
自殺傾向の相談電話の受信件数は3,310件、総受信件数の15%で、ほぼ7人に1人が自殺を考えていることを示します。2012年は4,000件以上でしたが、それ以降は年々減少傾向にあり、2019年は前年に比べると、232件減少しました。

各年代の受信総数に対する自殺傾向の割合を見てみると、男性では70代29.5%、50代18.6%、40代16.3%で、女性では、20代18.2%、10代16.9%、40代16.9%でした。70代以上の高齢の男性は、未婚だったり妻に先立たれるなどして、孤独で生きる意味を見失い掛けてこられる方が増加していました。

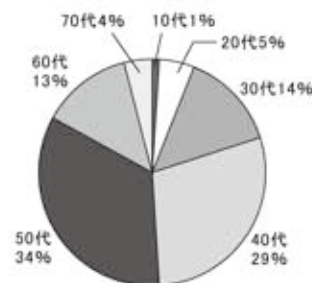


男女の割合は、男性49.8%、女性50.2%です。例年は、男性の自殺者が多いにもかかわらず、男性からの訴えが少なく、「男は弱音を吐くな」という社会通念から、誰にも話せず一人で問題を抱え込み苦しんでいるのではと考察

【自殺傾向・男女別件数比】



【自殺傾向の年代別分布】



していましたが、2019年は男性からの訴えも女性とほぼ同数で多くなっています。

自殺傾向相談電話の年代別では、50代が一番多く1,143件(34%)で、次に40代が969件(29%)、30代が451件(14%)という順です。

また、問題(相談)内容では「鬱」が最も多く25%、「鬱」「統合失調症」「その他の精神疾患」を合わせると40%次に「生き方」11%、「孤独」10%でした。心を病み、世の中に生き辛さを感じ苦しんでいるかけ手の姿が浮かびます。

自殺傾向緊急度の内訳は、自殺をほのめかす「念慮」が91.1%、自殺をしそうな「危険」が6.2%、自殺の「予告や通告」が2.3%、「実行中」が0.3%です。ほとんどの人が「念慮」ですが、今まさに自殺をしようとしている人からの緊急度の高い電話も年に十数件あります。

長い電話が増加の傾向に

ここ数年、通話時間の長い電話が増加していることが目につきます。2012年の受信状況と比較してみました。2012年の受信数は23,878件に対し2019年は22,335件と1,543件減少しています。しかし総受信時間は、2012年は13,220.40時間、2019年は13,728.47時間と増加し、また平均受信時間も2012年は33分、2019年は37分と4分増加しています。それでは、どの程度の長時間通話が増えているのでしょうか。2012年と2019年の6,7,8月の3か月間で60分間隔の受信数を比べてみました。

【通話時間60分間隔の受信数】

2019年

月	~59(分)	60~119	120~179	180~239	240~299	300~	合計
6月	1,527	319	41	2	1	1	1,891
7月	1,603	332	22	1	0	1	1,959
8月	1,447	330	31	10	3	2	1,823
合計	4,577	981	94	13	4	4	5,673

2012年

月	~59(分)	60~119	120~179	180~239	240~299	300~	合計
6月	1,778	275	26	0	0	0	2,079
7月	1,888	291	22	2	1	1	2,205
8月	1,787	305	25	5	1	0	2,123
合計	5,453	871	73	7	2	1	6,407

上記表から60分以上の長時間通話が2019年に多くなっていることがわかります。その中には6時間以上という長い電話もありました。それでは、なぜ長時間通話になるのでしょうか。多くの相談員は「長い電話だったが、かけ手のことを理解したいと思いつけなかった」と電話を振りかえています。しかし、孤独からか、かけ手は「あと〇分聴いてほしい」と何回も時間を引き延ばしたり、「前の相談員はもっと聴いてくれたのにあなたは聴いてくれない」と他の相談員と比較したり、「電話を切ったら死ぬ」と「死」という言葉を言ったりと、相談員が切れないうつ状態を作ります。そして相談員は戸惑い、「話題が次々に登場し切るタイミングがつかめなかった」「かけ手の怒りでなかなか切らせてもらえなかった」「どう声掛けして終わればよいのかわからなかった」など、応答の難しさを訴える声もありました。

現在、携帯電話の「カケホーダイ」のサービスが普及し、それが長時間通話の一因にもなっていると思います。その現状を打開するために、相談員が研鑽を重ね、質の高い電話相談活動を進めることで、より多くの相談者に電話の機会を提供できるよう努力しなければと考えます。

あたたかいご支援ありがとうございます

2020年3月1日～2020年5月31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。今後ともご指導、ご協力をお願い申し上げます。(五十音順 敬称略)

【個人】

浅野 敏行	大津 久直	岸本 彰五	下岡 佳子	筒井久美子	中野 桂子	真 嵩 理美	山内 通生
冢田 荘子	小 頭 誠	北之坊皓司	菅谷 道子	坪内 憲治	中村 桂子	三浦 直之	山口 健一
石原 紘	岡本 尚男	黒田 みつ	杉浦真喜子	坪田 明裕	中村真樹子	ミヤザキヒロシ	山田 孝彦
入江 保夫	小川 弘二	呉 美恵	隅田 保	道免 逸子	馬場美代子	村井 淑子	山本 雅司
曙地 道俊	片山 敏子	小村 典子	竹村 武男	中谷 治	原口 道亮	森下 淳子	匿名 6名
遠藤 晃代	片山 巖	佐藤 祐子	田辺 昌良	長野加代子	藤田 淑雄	森田 和典	
大塚 昭男	神谷 尚孝	左藤 章	土屋 俊平	中野 爲夫	細川 泰子	八木 春作	

【団体】

愛徳カルメル修道会 垂水修道院 (并) 芦屋西宮市民法律事務所 池田五月山教会 江崎グロコ株式会社 大阪東十三教会 ひつじ会 ナンバかぎもとメンタルクリニック 株式会社グリーン空調サービス	香里ヌヴェール学院 中高生徒職員 コニシ株式会社 サントリーホールディングス株式会社 JR 西日本あんしん社会財団 塩野義製薬株式会社 親切会 中村医院メンタルクリニック	姫路聖マリア病院 融念念佛宗 法蔵寺 前久保クリニック (株) マツヤ YMCA サンホーム
--	---	--

○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！ありがとうございました！

2020年4月～6月

- 4月29日 朝日新聞朝刊(東京版)に掲載
- 5月8日 NHK総合テレビ「がんさい熱視線」で放映
- 5月12日 産経新聞朝刊に掲載
- 5月27日 監事による2019年度事業監査
- 6月5日 第1回理事会
- 6月22日 第1回評議員会

夏期募金をお願いします

24時間、365日「眠らぬダイヤル」として相談活動を行っています。皆様のご支援が、電話をつなぎ「いのち」をつなげます。コロナ禍の影響が、募金状況も例年以上に苦しい推移となっております。一層のご支援をよろしくお願いいたします。

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

聞いてもらって、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

いのちの電話は24時間、親身になって聞いてくれる。温かい。ほっとします。



コロナのこの時期、不安な気持ちをどこにかけてもつながらなかった。こんな時に電話をとって下さっていることに本当に感謝しています。

電話で話をして「あー、今日も生きてたな」と思えます。

2019年度 財務報告

資金収支計算書

(自)2019年(平成31年)4月1日 (至)2020年(令和2年)3月31日

(単位:円)

勘定科目		決算		
事業活動による収支	収入	事業収入	5,965,538	
		補助金事業収入	1,724,280	
		養成事業等収入	4,241,258	
		経常経費補助金収入	8,470,167	
		会費収入	2,804,537	
		寄附金収入	5,665,630	
		雑収入	901,550	
		受取利息配当金収入	2,533	
		事業活動収入計(1)	15,339,788	
		支出	人件費支出	4,410,096
事業費支出	3,946,344			
事務費支出	6,904,695			
事業活動支出計(2)	15,261,135			
事業活動資金収支差額(3)		78,653		
施設整備等による収支	収入	施設整備等寄附金収入	0	
		施設整備等収入計(4)	0	
		支出	0	
		施設整備等支出計(5)	0	
施設整備等資金収支差額(6)		0		
その他の活動による収支	収入	積立金取崩	0	
		その他の活動収入計(7)	0	
		支出	積立金支出	0
			その他の活動支出計(8)	0
その他の活動資金収支差額(9)		0		
当期資金収支差額合計(10)		78,653		
前期末支払資金残高(11)		0		
当期末支払資金残高(12)		78,653		

「収入 補助金事業収入 1,724,280円」「支出 事業費支出 3,946,344円」には、NHK歳末たすけあい配分金 1,604,000円が含まれる。

「関西いのちの電話」と関わった年月を振り返って (その3) 十三への移転

元関西いのちの電話理事・訓練委員長 菅田 俊郎

私は「関西いのちの電話」の相談員として関わってきただけでなく、訓練委員として、また理事・評議員としても関わってきた。要するに「何でも屋」だったのだ。自分でやりたくてそうなったのではない。そのため、組織の創設期にありがちな難題をもろにかぶって来たのだ。それら全てを語る気もないし、出来もしない。ただ、鳥之内教会から十三の博愛社への移転のため、相談員が自分はどちらに附いて行くかという葛藤に巻き込まれたのは悲しかった。当時理事でもあった私は夜遅い帰宅が多かったが、「いのちの電話」の理念と現実とのギャップに嘆息をついた。すべての人々にとって辛い日々だった。

十三に移転してからが、また大変だった。何故なら、相談員の大幅な不足という難問に直面したのである。担当表も埋まらず穴だらけという状態で、さあ急いで相談員を養成しなければならない。その当時訓練委員は私一人だった。訓練委員長は事務局長が兼ねていたが、これは無理な話で、頼りにならなかった。そこで私は私なりの情報収集をもとに、これはと思える人を探して訓練委員やスーパーバイザーになって頂いた。今は亡き脇坂さんや小島さんに訓練委員になって頂いたのもその頃である。そして急ごしらえの訓練委員会できりかへ頑張ったのだ。年に2回養成講座をやっていた。はっきり言って、粗製乱造に近かったが、もうなり振り構わずやるしかなかった。

当時の組織では、訓練委員会は養成、認定、訓練、継続研修などを全部することになっていたのである。そのため訓練委員会は私が牛耳っているみたいな誤解を与えたこともあったらしい。訓練委員会では、終電ぎりぎりまで議論しても、議題がこなせないくらいだった。あの頃私は、もうほとんど燃え尽きる寸前まで行っていたように思う。ただ、訓練委員会のメンバーとはうまくコミュニケーションが取れていたのが救いだった。

当時私の妻が言ったことがある——もうあなたはいのちの電話の養子や、当てにはしていないけれど、せめて盆か正月くらいは家にいて欲しいと。実際私には

盆も正月もなかったのだ。そういう祝祭日は相談員がいないから、私が土曜以外の深夜帯でも出て行って電話ブースに入ったのだ。相談員としても無理をしていたのだ。

このようなハードな日々を乗り越えさせたものはいったい何だったのか？ 私は少々辛くても夜はよく眠れるといったタイプではない。鈍感さも必要だなどと言っても、自分には難しい。結局長続きするために必要なものは仲間との交流しかないのである。具体的には所属する委員会と自分が受け持つ研修グループ内でのメンバーとのコミュニケーションである。仲間との交流だけが人間にエネルギーを与える。研修グループ後の喫茶店でのお喋りは実に楽しかった。そしてもう一つ、時には上手くさぼることを厭わぬことだ。野球でも投手は完投するためには、全力投球ばかりせず、途中で手を抜く必要があるのと同じである。



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「孤独なこころを支える」(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)。



問いかけることと共感 14 「共感・再考」

ロジャーズの提唱する「共感的理解」の「共感」に対応する下記の4つの英語から、援助関係に必要な共感的態度を考えてみましょう。

Pity, Sympathy, Empathy, Compassion

まず、Empathyは、19世紀ドイツ語の美学・心理学用語Einfühlungです。einは英語のin(中)で、fühlungはfeeling(感情)、日本語訳は「感情移入」。英訳では、ギリシャ語のem(中)という接頭辞とpathos(パトス(情念))に由来するpathyに置き換えられたのです。

Sympathyもこれと同じ語源となっています。この他に「共感」を意味するPityとCompassionとがあります。その意味・特徴などを右の図で確認をしてください。

電話相談での対話では、相手(相談者)が抱えている悲しみや苦しみに寄り添うためには、今、相手がどのような「共感的態度」を求めているのかを探り、それにふさわしい「共感」を選択することです。

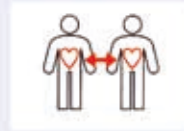
Pity=哀れみ



憐憫の情

〈意味〉同情、残念なこと、気の毒なこと、哀れに思う気持ち(上から目線の感じ。慈父・慈母のような見守りが必要な時もある)

Sympathy=syn(共に)+pathos(苦しみ)



感情共有

〈意味〉相手と一緒に悲しむこと、同情、思いやり(多分このような気持ちではと理解すること)

Empathy=en(内部へ)+pathos(苦しみ)



感情移入

〈意味〉相手の心の内部へ入って、その人の苦しみを自分の苦しみとして悲しむこと(情緒的になり、相手の感情に巻きこまれることも)

Compassion=com(共に)+passion(苦難を受ける)



受苦

〈意味〉相手の悲しみ、苦しみや不遇の状況を共に背負おうとする行動、深い思いやり(背負いすぎて、投げ出したくなる可能性あり)

(長尾文雄・元大阪女学院大学/短大講師)

新事務局長 石井英隆のご挨拶

この度、事務局長のお話を頂いたとき、真っ先に頭に浮かんだのは、50年近く前に出会った初老のご婦人のことでした。当初は、大学生だった私を邪魔者呼ばわりする方で、正直苦手な方でした。しかし、その後何年かするうちに、まるで階段を上がるように温かい言葉が頂けるようになり、その度に何が「腑に落ちない居心地の悪さ」を覚えたものでした。その頃、関西ののちの電話が発足し、彼女がその相談員になられたと間接的に知りました。今の今まで、そのことは記憶の奥に沈んでおりました。この度のお話で「そういえばあの方が」と彼女との思い出がよみがえった次第です。

事務局の仕事を始めて、相談員の周到的な養成体制、ストイックなまでの研修制度を知るに至って、かつての「腑に落ちない居心地の悪さ」に合点がいく思いしております。(私が成長した要素もあると思いたいのですが)相談員になることで、彼女も変えられていったのではと思いついたのです。ちょうど時期が重なるのです。最後まで、彼女の口から直接「いのちの電話」について聞くことはありませんでしたが、彼女の最晩年には、私が受けた当時のパッシング体験をネタに笑いながらお互いに謝り合ったものでした。

この職に就いたのも何かのご縁で、きっと天国の彼女も喜んで後押ししてくれていると感じております。相談員のみなさまの思いが十分に発揮できる環境作りを目指して、微力ながら頑張りたいと決意しております。どうぞよろしく願いいたします。

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

今号の巻頭記事「つながり」とP6の「電話相談受信状況」の無味乾燥の数字を通して、日常の「あたりまえ」の「有り難さ」を感じる。

4月の受信件数の減少から、非日常の状況が、「かけ手」の相談に影響していると巻頭記事の筆者は推察。実際、昨年と今年の4月と5月の受信件数(19年4月/5月:1824/2025、20年1089/1505)を比較すれば一目瞭然。4月は40%強、5月は25%の大幅な減少。更に、「かけ手」のみならず、相談員の活動にも大きな制約を及ぼしている。4月の相談員数(19年/20年:475/271)の減少率が43%であることより明白。

日常が徐々に戻ることにより、相談件数も元の数字に戻り、「かけ手」と相談員の「つながり」が元の距離感に戻ることを希望。

(H.S)

電話相談受信状況(2020年)

受信月	3月	4月	5月
受信件数	1,727件	1,089件	1,505件
相談員数(延)	451人	271人	382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>