



# 関西いのちの電話



支援するネパールの学校にて（撮影：濱崎正三）



## 「共に生きる」新型コロナウイルスに負けないで

特定非営利活動法人 枚方交野国際奉仕活動協会 代表理事  
関西いのちの電話 評議員 濱崎 正三

新型コロナウイルスが世界に拡がりはじめた昨年の3月1日にネパールから帰国。関西空港は他の乗客が少なく閑散としていました。2月中旬に私たちが支援しているネパールの学校の記念式典があり、出席した帰りでした。

ネパールは30年前、アジアで識字率が最も低い国のうちの一つでした。この学校の子ども達を支援しようと始まったボランティア活動を、今も続けています。始めたきっかけは「出会い」でした。1人のスタッフが丹波篠山に住んでいるネパールの女性に会い、彼女から「私のネパールの女性友達4人が学校に行っていない子ども達、特に女の子に学習機会を与えたいという願いで、学校づくりをしているので協力してほしい」と聞きその趣旨に賛同して動き出しました。その学校は「ジャガタスダル校」と言って、ネワール族の言語と文化を大切にしている私立学校で、ネパール語、英語、ネワール語の授業や音楽、ダンスを取り入れていました。その後、校舎建設、奨学支援を行い、多くの人たちの協力で小・中・高校の学校になりました。更にその後、貧しい公立校の支援を行いました。この支援を通じて多くの子ども達と先生方、ネパール人たちと交流を持つことができました。

この30年間にネパールの国は歴史や社会体制が大きく変遷、変化しました。マオイスト活動による人民戦争、王政から民主化による連邦共和制、大地震による世界遺産の寺院の崩壊、

多民族、多言語を持つ民族間の小さな争いなど短い期間にあり、その中で貴重な体験と経験をもつことができました。

そのネパールが現在、インドからの人口流入によってコロナ禍で厳しい環境にさらされています。ネパールに初めて訪問した時はトリブバン空港にはストリートチャイルドたちが多く、観光客に群がりチョコレートや飴をもとめていました。戦後の日本の子ども達と同じでした。電気事情や水の質が悪く、乳幼児の死亡率が高い。衛生環境の改善、医療体制の整備など課題が数多くありました。その中で餓死者は少なかった。雨季、乾季のなかで日本と同じ春夏秋冬があり、米、野菜、くだものなどが採れるからです。日本からみると後発開発途上国の貧しい国であるけれども、心豊かなやさしい民族であり、祈りの習慣をもつ人々でした。

「本当の豊かさとは何か」ヒマラヤ山脈の大自然のもとで素朴な暮らしをしながら、お互いに助け合うネパールの人々や、学ぶことに純粋な好奇心を向ける子ども達を見つめると、生きることを再確認させられる場でした。

相談員をされておられる方々には敬意を払います。コロナ禍で活動が制限され、目には見えない人に対し電話で対応し悩んで、生きていくことの大切さ、生かされていることの大切さを感じさせる努力に感謝！

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…

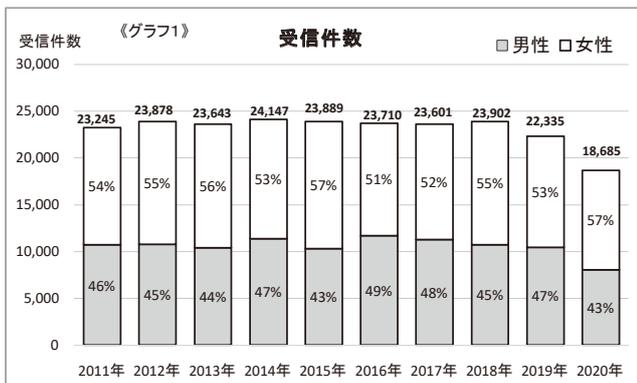
関西いのちの電話 記録分析委員会

# 2020年の電話相談から見えてくるもの

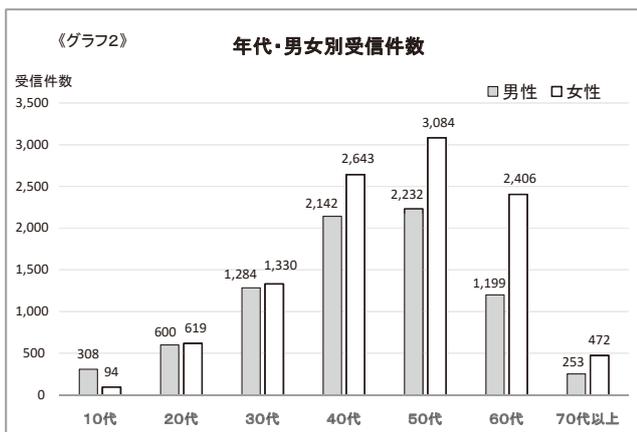
関西いのちの電話では、毎年、1年間の受信状況について記録分析委員会が統計的分析と相談内容から読み取った傾向について報告をまとめています。

## 2020年全体を通して

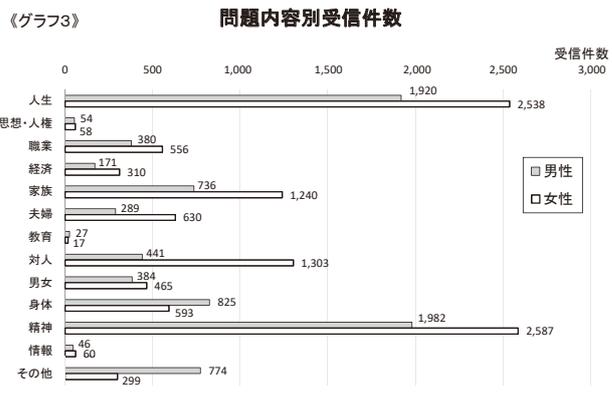
2020年1年間の総受信件数は18,685件。過去10年間、ほぼ23,000件超で推移していましたが、2019年に22,335件と下回り、そして2020年は前年より3,650件減少となりました《グラフ1》。この大幅な受信件数の減少は、新型コロナウイルス感染拡大による緊急事態宣言下、国民に不要不急の外出自粛が求められたことによる担当相談員の減少が影響しています。実際、20年／19年の月平均相談員数409人／490人となっています。



かけ手の男女比では、男性が全体の43%、女性が57%です。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11,889件、総受信件数の63.6%です。



年代・男女別で受信件数を見ると《グラフ2》、男性・女性共に50代から最も多くかかってきています。10代は男性からが多く、内容は性の悩みが多くあります。20代・30代では男性・女性ほぼ差はありませんが、40代以降、女性からの受信が多くなっています。このことは、このコロナ禍で多くの女性が不安を感じ生活していたことを表しているのかもしれない。



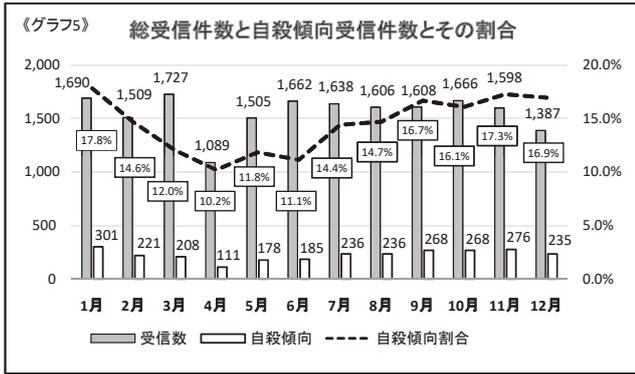
問題（相談）内容別では《グラフ3》、心の病の相談である「精神」が最も多く4,569件で25%を占めています。うつ病や統合失調症に加え、嗜癖行動についての悩みも増加傾向となっています。次に「人生」の問題4,458件（24%）で、「人生」の相談の中には孤独を訴える人が多く、かけ手は電話相談で誰かと繋がることで安らぎを求めているようです。

## 自殺を訴える電話相談

自殺を訴える相談電話（以後「自殺傾向」と記す）の受信件数は2,725件、総受信件数の15%です。また、2012年は4,000件以上ですが、それ以降は年々減少傾向にあります《グラフ4》。



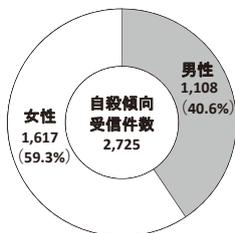
2020年の月ごとの「自殺傾向」の占める割合では《グラフ5》、4月に緊急事態宣言が初めて発令され、世の中がじっとしているとき「自殺傾向」の割合は低く留まっていますが、感染拡大が長引くにたがって割合が大きくなっています。



警察庁自殺統計(月別)でも、2020年の自殺者は「2月から6月で前年を下回り、1月・7~12月で前年を上回っていた」となっています。

《グラフ6》

自殺傾向・男女別件数比

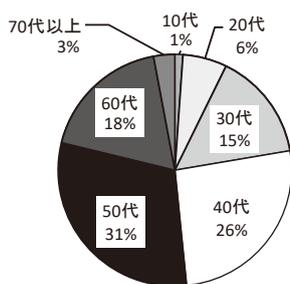


男女の割合は《グラフ6》、男性40.6%、女性59.3%(2019年:男性49.8%、女性50.2%)と、女性からの訴えが増加しています。警察庁統計では、「男性の自殺者は女性より約2.0倍と多いが、男性は11年連続減少、女性は2年ぶりの増加となっている」と記載されています。

「自殺傾向」相談電話の年代別《グラフ7》では、50代が最も多く829件(31%)で、次に40代が711件(26%)、60代が497件(18%)という順です。

《グラフ7》

自殺傾向の年代別分布



また、男女別に各年代の受信件数に対する「自殺傾向」の割合を見ると、多い順に男性では50代15.9%、60代15.3%、70代以上14.0%で、女性は20代18.3%、30代17.7%、40代16.3%です。男性は50代以降の年代に「自殺傾向」を訴える人が

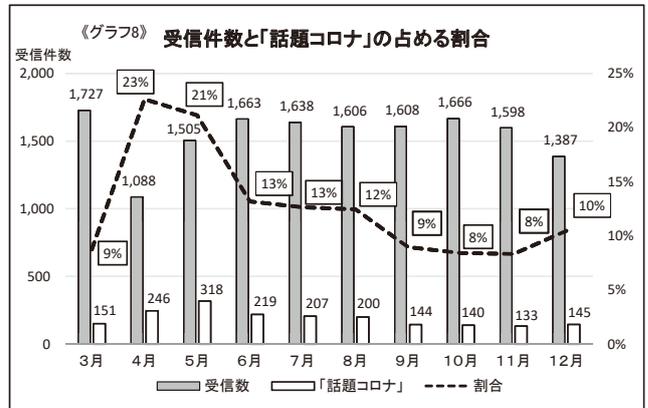
多く、女性は20代から40代の若い世代に「自殺傾向」を訴える人が多いです。

また、問題(相談)内容では「鬱」が最も多く16%(鬱・統合失調症・その他精神疾患などの精神疾患31%)、次に「生き方」12%、「孤独」12%です。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89.9%、自殺をしそうな「危険」が7.2%、自殺の「予告や通告」が2.4%、「実行中」が0.5%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。

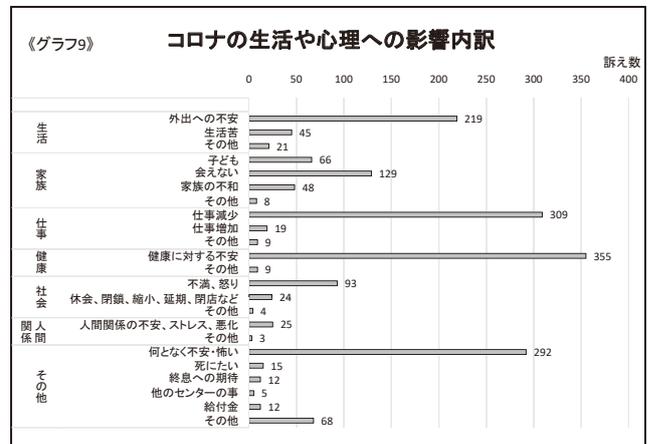
## コロナ禍での電話相談

電話相談でかけ手が「コロナ」について話した相談(以後「話題コロナ」と記す)を抽出し調査を行いました。(調査期間2020年3月~12月)まず、「話題コロナ」の占める割合ですが《グラフ8》、4月5月は国内で初めての大流行でも



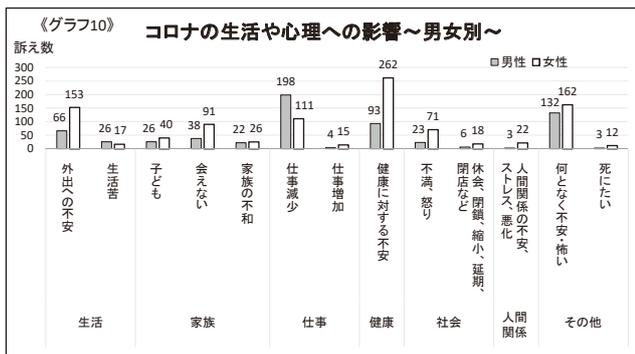
あり、受信件数の約1/4弱の人がコロナについて語っています。その後コロナに対する慣れもあるのでしょうか、だんだんと減少していますが、12月再度増加しています。

次に、「話題コロナ」を、「世間話程度」(18%)、「コロナの生活や心理への影響の話」(79%)、「コロナに感染した話」(3%)に分類し、最も多く語られた「コロナの生活や心理への影響の話」について内容を調査しました。

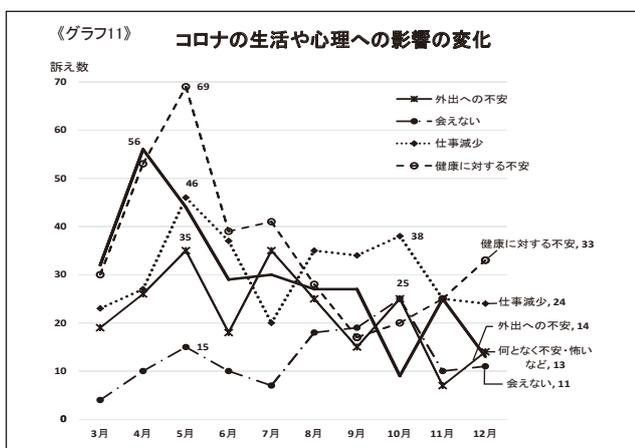


まず、新型コロナウイルスの流行は生活や心理にどのような影響を与えたのでしょうか《グラフ9》。

最も多かったのが、「病気があるので不安」「手術ができない」「体調が崩れた」など『健康に対する不安』、次に「給料が減った」「職を失った」「客が来ない」など『仕事の減少』、更に「不安」「怖い」「落ち込む」など『なんとなく不安、怖い』、そして「外出が怖い」「外に出られない」など『外出への不安』、続いて、「親しい人に会えない」「亡くなった人とお別れができない」など『会えない』でした。多くのかけ手が、得体の知れないウイルスの感染拡大に不安や恐怖、そして孤独を感じています。



また、男女で比較すると《グラフ10》、『外出への不安』『健康に対する不安』『なんとなく不安・怖い』など、不安を訴えるのは女性が多く、『仕事の減少』は男性が多く訴えています。



それでは新型コロナウイルス感染拡大は、かけ手の生活や心理を、どう変化させたのでしょうか。訴えの多い項目の月々の変化をグラフにしました《グラフ11》。

『外出への不安』は感染の蔓延の状況に合わせ増減しています。『会えない』は月を追うごとに増加し10月がピークになっています。『仕事の減少』は、感染が拡大した5月に急増し7月に一旦落ち着きますが、その後増加しています。『健康に対する不安』は4月・5月の緊急事態宣言時に急激に増加しますが、その後減少、しかし、感染拡大に伴って11月・12月と増加しています。『何となく不安、怖い』と感じる人は4月の感染拡大時に急増し、徐々に減少しますが、11月にまた増加しています。

以上のように2020年は、新型コロナウイルスの感染拡大に人々は不安と恐怖を感じ、人とのつながりが遮断されたため、孤独と闘った1年でした。そして今も新型コロナウイルスは猛威を振るい感染拡大は続いています。この感染の長引きは、ひとり親家庭、非正規労働者、そして若年層や女性など世の中の弱い部分に大きく影響し打撃を与えています。また、社会の不安定さは人々の心に直撃し、DV・虐待などを深刻化させています。そして今後、今まで以上に心を病む人は増加するでしょう。私たち相談員は、このコロナ禍で苦しむ人々に寄り添うために質の高い電話相談活動ができるよう、社会の現状をしっかりと把握し、日々研鑽を重ね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

2021年3月1日～2021年5月までに、次の方々から社会福祉法人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】

青山 洋	ウリアム・エルダー	金岡 重雄	幣原 直子	田中 義信	西田 和子	三浦 直之	米澤 澄子
浅野 敏行	内山 範子	神谷 尚孝	柴峠 隆士	田邊 昌良	野崎 京子	水中 照子	匿名 3名
荒木 寛子	疇地 道俊	河内 俊之	菅谷 道子	筒井久美子	馬場美代子	ミヤザキヒロシ	
壺岐 友香	大坂 雅巳	北之坊皓司	杉浦真喜子	道免 逸子	林 和子	森田 和典	
石原 福造	大塚 昭男	楠木 一正	隅田 保	中谷 治	日野 基子	森本英紗子	
石原 紘	大津 久直	児島 麻里	高橋 明	中野 為夫	深尾 泰	山内 通生	
板垣 美一	大畑 了子	佐治千栄子	高谷 三郎	中野 桂子	藤田 淑雄	山田 孝彦	
今村 良子	小 頭 誠	佐藤 雅子	竹村 武男	中村 勝吾	松野 五郎	吉岡 和子	

### 【団体】

(弁) 芦屋西宮市民法律事務所	株式会社グリーン空調サービス	長崎歯科医院	(株)マツヤ
石田クリニック	コニシ株式会社	日本カトリック教会 箕面教会	三国丘病院
株式会社エアリッシュ	在日大韓基督教会大阪港教会	日本基督教団 池田五月山教会	南大阪動物医療センター
大阪帝塚山ライオンズクラブ	サントリーホールディングス株式会社	日本聖公会石橋聖トマス教会	YMCAしるがねこども園
大阪東十三教会 女性の会	JR西日本あんしん社会財団	阪南病院	匿名 2件
大阪ロータリークラブ	親切会	東豊中聖ミカエル教会	
京谷クリニック	ちかまつクリニック	姫路聖マリア病院	

◎他に相談員・理事・評議員・有志などが支えています。

# 「関西いのちの電話」と関わった年月を振り返って (その6) お別れとエール

元関西いのちの電話理事・訓練委員長 菅田 俊郎

この連載も最終回である。長い間読んで下さり、有難うございました。今回は「死」について語り、最後に「関西いのちの電話」に感謝のエールを送って、締めくくりとしたい。

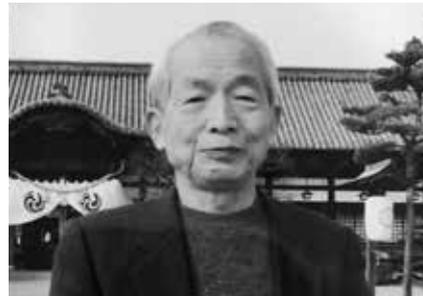
最近私は次のような夢を見た。——「私は住み慣れた古いぼろ家を畳んで、立ち去る準備をしていた。途中訪ねてきた人があって、中断していたが、その人達も帰ったのでまた整理に取り掛かる。いよいよこの家を去る日が近づいたようだ。」

これは明らかに死を告知する夢だ。夢は死を恐ろしいもの、消滅して無に帰するものとしては決して描かない。この夢のように、引っ越しや帰郷のイメージ等で告げるのである。ただ、私はこの夢の前に「卒業式に遅れ、卒業が延期になる」という夢も見ている。これは死期が延期になったことを示している。2年前妻を亡くし、対象喪失の悲嘆にくれた時期があったことは既に書いたが、その悲嘆の時期が終わり少し気力を取り戻した頃、この夢を見たのである。正直なものだ。しかしこの夢を見たからと言って、卒業＝死の延期が長引くとは思えない。死の告知の夢から実際の死が訪れるまでのタイムラグはせいぜい二～三年だろう。いや、もっと短いかも知れない。死は私にとってすぐ目の前にあるのだ。

しかし私は、死を恐れているのではない。死ぬとき苦しむのは嫌だけれど、死ぬこと自体が怖いのではない。何故なら私は死とは「魂の故郷への帰郷」だと信じている、否、知っているからである。これも私は夢で知ったのだ。私は30代からずっと夢を記録し続けているが、60歳を過ぎた頃から見ると夢に変化が起きた。それまでの夢は、何処かへ行って何かをする、あるいは何かと出会うといった設定の夢だったのである。宿で帰る準備に手間取るとか、駅に行くが、最終に乗り遅れるとか…これは一体どういうことか？ 私は長い間分からなかった。「帰る」ということで思い当たるのが、生活上で何もなかったからである。しかしある時、これは自分の人生が折り返し点を過ぎ、帰路に差し掛かったことを示すものではないかと、ふと思いついたのである。そう考えれば、人は誕生を出発点として、中年もしくは初老で折り返し、死によって出発点に戻る円環の旅を辿る旅人だということになる。死は単に消滅や無に帰することではなく、生れ出た故郷に戻ることに他ならないということだ。

● そう気が付いたとき、私は父が死の病床で、故郷の村に帰りがたがった謎が解けた気がしたのである。実は我々の先祖である縄文人も、このような円環の人生観を持っていたことを最近私は知った。このような円環の人生観は再生へとつながる希望をも育むのである。

● さて「いのちの電話」ともお別れの時が来たようだ。この1年、世界も日本も新型コロナウイルス感染の蔓延という予想もしなかった脅威にさらされ、苦闘している。自殺者も急増する中「いのちの電話」の使命と役割は高まる一方である。相手と接触することなく援助を提供し得る「いのちの電話」が果たす役割と期待は大きい。皆さんのご自愛とご健闘を祈ります。



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）。

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。昨年は、コロナ禍による状況変化の影響が、固定的な寄付件数や額に減少が見られました。一方、相談員の皆様からの夏期緊急募金へのご支援と、コロナ禍の下で活動を続ける本法人へ激励を込めた新たな支援者による望外の寄付を賜り、なんとか黒字決算となりました。感謝！一層のご支援をよろしくお願いいたします。

## 夏季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。

□座名義：社会福祉法人関西いのちの電話

□座番号：ゆうちょ銀行 00990-3-68480

：三井住友銀行 十三支店（普）998829

## こんなこともやりました！ありがとうございました！

2021年4月～6月

- ・ 5月20日 監事による監査（決算など）
- ・ 5月24日 第1回理事会
- ・ 5月25日 評議員選任・解任委員会
- ・ 6月7日 第1回評議員会
- ・ 6月7日 第2回理事会
- ・ 6月10日 研修委員研修会（連盟・リモート）
- ・ 6月25日 総会（連盟・リモート）
- ・ 6月26日 事務局長研修会（連盟・リモート）



## 問いかけることと共感 17 「三つの問いかけ」

私は最近毎週、某テレビ局の時代劇、池波正太郎原作の『剣客商売』を鑑賞しています。その主人公秋山小兵衛役の俳優藤田まことに惹かれています。

この時代劇の筋立てを辿ることからはじめます。

主人公の秋山小兵衛は、人に追われたり、命を狙われたり、路頭に迷っていたり、病弱でも想いをとげようとする人物に出会い、即座に相手を窮地から救い、その場を離れます。二度目の出会いがあり、相手に「何が起きているのか」と関心を持つのです。そして、彼は懇意にしている十手持ちに、相手の周辺を探らせ、事情の輪郭を知り、そこから積極的に相手に関わりはじめます。そこで、小兵衛は「今のお前さんの身に何が起きているのか」と。二度の出会いで、信頼を深めた相手は、それを引き起こしている重要な出来事・人物などを語るのです。

次に小兵衛は、今の状況下で、相手はどうしたいのかを問いかけ、しっかりと受け止めるのです。

そこへ、追い詰め、殺そうとする人物や集団が現れます。時代劇の見せ場の殺陣。小兵衛は息子大二郎と共に、敵を退治し、本人を救うのです。事が終わった後、相手が行くべきところに送り出します。ある人は故郷に、再び放浪の旅に。またある人には、死ぬ間際にその人の想いを遂げる助けをします。

さて、電話相談の場で、私たちは偶然に、苦しい、寂しい、死にたいと追いつめられている掛け手と出会います。第一の問いは、「この人に今、何が起きているのか」と自分にかけた問いです。自分の観察力と想像力を最大に使いながら、声をかけ、まずは窮地の相手に、安心の場を用意することです。

第二の問いは、「この人を窮地に導いた人物や出来事は何か」です。自分が関心を焦点化すると同時に、相手が自分の語りをするきっかけの提示です。

第三の問いは、「この人は、今、何を望んでいるのか」で、相手がどのように生きることを思い描いているかを問いかけることです。そして、聴き手は、それを遮るものを取り除く手助けをさせていただくのです。

(長尾文雄・元大阪女学院大学／短大講師)

### 関西のいのちの電話 第25回チャリティコンサート Chicken Garlic Steak(チキン ガーリック ステーキ) アカペラコンサート

私たちの活動を広く広報すると共に、組織をささえるための運動資金を皆様にご協力いただくことを目的としたコンサートです。5人の美しい歌声が心まで響きわたり、時にあたたかく、時に力強いメッセージが届くことでしょう。皆様どうぞご参加ください。



〈日 時〉 2021年10月16日(土) 開演14:00(開場 13:30)  
〈会 場〉 豊中市立文化芸術センター 大ホール  
(阪急宝塚線「曽根」駅より東へ徒歩約5分)  
〈出演者〉 Chicken Garlic Steak  
(公式サイト<http://www.cgs.jp>)  
〈チケット価格〉 前売 3500円(当日 4000円)

〈チケット取り扱い・お問い合わせ〉

- ※チケットぴあ(指定席C～K列) <http://pia.jp> チケットぴあ店舗/セブンイレブン
- ※関西のいのちの電話事務局(自由席のみ)  
TEL 06-6308-6868(受付時間 月～金10時～17時) FAX 06-6308-6180  
E-mail [kaind@age.ac](mailto:kaind@age.ac)

#### 2020年度 財務報告 資金収支計算書

(自)2020年(令和2年)4月1日 (至)2021年(令和3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	4,139,629	
		補助金事業収入	1,706,422	
		雑成事業等収入	2,433,207	
		経常経費補助金収入	12,112,951	
		会費収入	2,876,795	
	支出	寄附金収入	9,236,156	
		雑収入	386,800	
		受取利息配当金収入	2,535	
		事業活動収入計(1)	16,641,915	
		人件費支出	5,911,396	
施設整備等による収支	収入	事業費支出	2,361,483	
		事務費支出	7,622,735	
		法人本部事務費支出	17,822	
		電話相談事務費支出	7,604,913	
		事業活動支出計(2)	15,895,614	
	その他の活動による収支	事業活動資金収支差額(3)	746,301	
		収入	施設整備等寄附金収入	0
		支出	施設整備等収入計(4)	0
			施設整備等支出	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)	746,301			
前期末支払資金残高(11)	78,653			
当期末支払資金残高(12)	824,954			

「収入」補助金事業収入 1,706,422円 「支出」事業費支出 2,361,483円 には、NHK歳末たすけあい配分金 1,523,000円が含まれる。

この広報誌は、令和2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

日本で昨年1月に始まった「コロナ禍」も2年目に入り、更に猛威を振り、日常生活を脅かす。特に社会で弱い立場の人々に悪影響が大きく及んでいる。

「電話相談から見えて…」の記事からも、何らかの不安を訴える「かけ手」が増えており、性別の違いで不安の中味の違いがあることを示唆している。

巻頭記事「風」は、地球の隅々まで脅威を及ぼす「コロナ禍」の中で、ボランティアの支援による学校で学ぶ子どもたちの日常が語られ、子どもたちの目の輝きが、写真を通して「生きる」意味を見る人それぞれに問いかけてくる。電話を受ける相談員として、「かけ手」の「生きる」に寄り添えればと念じる。(H.S)

### 電話相談受信状況(2021年)

受信月	3月	4月	5月
受信件数	1,550件	1,225件	1,218件
相談員数(延)	431人	339人	332人

### 社会福祉法人 関西のいのちの電話

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://kaindnew.com>

