



# 関西いのちの電話



造幣局桜の通り抜け



## 相談者の声とともに

関西いのちの電話 研修委員長

関西いのちの電話は、約2年の準備期間を経て1973年9月25日午前0時電話相談業務が開始されました。50年が過ぎた今この瞬間もかかる電話に相談員は耳を傾けています。近年コロナ禍という先行きの見えない大きな不安が社会全体に広がりました。関西いのちの電話の活動も行動制限の中365日眠らないダイヤルとして、相談員確保などに苦慮しながらもこのような時だからこそ、なんとか助け合いたい、耳を傾けたいと繋げてきました。電話相談員は市井の人としての暮らしの中で、お互いに見知らぬ人として、声を通して相談者の人と出会います、様々な悩みや思いを抱えている相談者の「今」に寄り添いたいと…。

日常生活は時として楽しい出来事から悩みや苦しみにも、そのような時に不安や孤独へと閉鎖的になり行き詰ってしまいがちになります。更に悩みを抱え込み絶望的に感じ入り、生きるという選択肢さえも心の奥深く沈み危機に陥ってしまうことにも…人はこのような状態になるとその人に本来備わっている生きる力が弱ってしまうことにもなりかねません。以前人生は人間関係に左右される…そんな一文を目にした時に確かにそうだなあと思ったことがありました。私自身も悩む時は人との

関係…相手があつてのことです、相手との関係なのです。上手く自分の気持ちや考えを表現出来ない、伝えられていない、また相手の気持ちがわからないなど始まりはそこにあります。

私たちの日常では一見取るに足らない様に思っていることや見えていることの中にも不満やストレスがあります。それらはやがて積み重なり溢れ出す、また溢れ出しても気がつかず心身に表れたりもします。人の感情の複雑さ、繊細さ、人の機微は様々です、同じような辛い体験であっても人によって感じ方や立ち直り方は違う…相談員は相談者から語られる苦しみや悲しみ怒りなどがお一人お一人違うとあらためて実感していきます。

この関係の中で相談員は相談者自身の持っている力を信じて寄り添い耳を傾けます。傾聴を主体とした電話相談の支援活動は研修を通じて相談員自身が心に訊ねる、相談員自身が心を聴く日々そのものでもあるのです。ぜひ活動に関心を寄せていただき「電話相談ボランティア」や運営資金が厳しい現状なので「資金ボランティア」などご協力いただけたらと願っております。

関西いのちの電話 相談電話 (24時間365日) ☎06-6772-1121

自殺予防いのちの電話 毎日(日・祝含む) 16:00~21:00 毎月10日 午前8:00~翌日午前8:00 ☎0120-783-556

## 関西いのちの電話 第42回公開講座

## きもちは、言葉をさがしている ～42年目の「紅茶の時間」から

日時：2025年2月2日(日) 場所：ドーンセンター(大阪府立男女共同参画・青少年センター) 7階ホール

みずの  
講師 **水野 スウ氏** エッセイスト

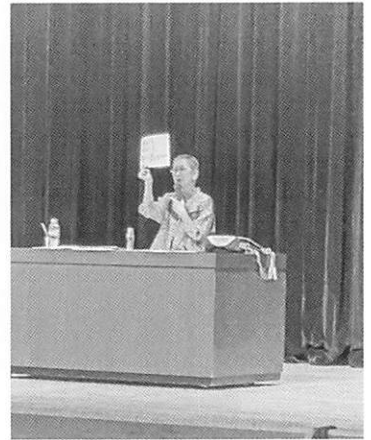
2月2日(土)ドーンセンター7階ホールにて、第42回公開講座『きもちは、言葉をさがしている～42年目の「紅茶の時間」から』が開催されました。

多くのご支援、ご協力により開催できたこと、お寒期中、多くの方が訪れてくださったことを心より感謝いたします。

水野スウさんは、1974年、結婚と同時に金沢へ移り、娘さんの誕生をきっかけに、1983年より週に一度のオープンハウス「紅茶の時間」を自宅で始められました。石川に移られて以降も毎週水曜日の午後開催されています。そこで大事にされているのは3つのこと。「お茶をだすこと」、「聴く・訊くこと」、「その人のいいところを見つけたら、言葉にして伝えること」。その人の語られる言葉を十四の心でまっすぐに聴き、混乱しているお話を交通整理しながら聞き、平らな心でその人の存在がぞんざいにされない、ないがしろにされない聴き方を心がけておられるそうです。いのちの電話の活動とも重ねてお話しいただきました。

著書「ほめ言葉のシャワー」誕生のお話から、あなたはあなたである、その存在は決して他の誰ともとりかえることができない、あなたはあなたで生きていい、というメッセージを込めて、終わりに憲法13条の優しい日本語訳を朗読されました。「わたしはほかの誰ともとりかえがきかない わたしは 幸せを追い求めている わたしはわたしを大切と思ってい いい あなたもあなたを大切に思ってい その大切さは 行ったり来たり でないと平和は成り立たない」

お話を通して改めて寄り添いと傾聴の大切さを感じ、辛い気持ちになられた方にどのように対処していくのか、多くのヒントをいただきました。これからのいのちの電話の活動において、学んだことを生かして向き合っていきたいと思います。



## 社会福祉法人 関西いのちの電話 第29回チャリティーコンサート

## 鈴木孝紀トリオ jazzコンサート with 菅マナミ

私たちの活動を広く広報すると共に、組織を支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。心温まるコンサートに皆様どうぞご参加ください。

日時：2025年9月27日(土) 開演14:00(開場13:30)

会場：ドーンセンターホール(大阪府立男女共同参画・青少年センター) 大阪市中央区大手前1-3-49

出演：鈴木孝紀トリオ

## プロフィール

鈴木孝紀トリオは、クラリネットプレイヤーの鈴木孝紀さんの呼びかけで、ジャズをはじめ様々なジャンルで活躍する愛川 聡(ギター)、荒玉哲郎(コントラバス)の両氏を迎え2015年結成。

編成のシンプルさを感じさせない奥深く響くサウンドと緻密なアンサンブルで、限りなくアコースティックでノーブルな室内楽ジャズの世界を繰り広げ、各方面から好評を得ている。

鈴木孝紀さんは、NHK連続テレビ小説『カムカムエヴリバディ』でバンド役、「フギウギ」でクラリネット&サクソフォン奏者役として出演、音源収録にも参加。

昨年、2024年度なにわジャズ大賞を受賞された。

賛助出演：菅マナミ(ヴォーカリスト)

チケット価格：前売 3500円/学生1500円 当日 4000円/学生2000円  
前売りチケット事前受付中：関西いのちの電話 事務局にご連絡ください

TEL 06-6795-4860(受付時間 月～金10時～17時)

FAX 06-6795-4861

E-mail jimukyoku@kainidinochi.com



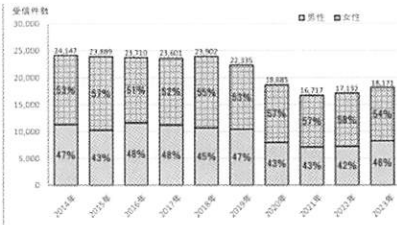
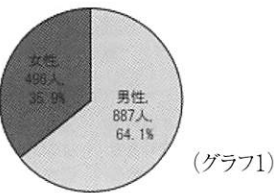
# 自殺に関するデータ比較～男女比に焦点を当てて～

さて前号で自殺に関する公的データと関西いのちの電話でのデータ比較をすることをお伝えしましたが、今回は男女比について取り上げたいと思います。

引用するデータについて、公的データは前号に引き続き大阪府のデータ(大阪府の自殺の概要〈令和5年〉、以下『大阪府』)を用います。一方、関西いのちの電話のデータ(以下『いのちの電話』)については、広報誌第179号にて公表された『2023年の電話相談から見えてくるもの』から引用します。

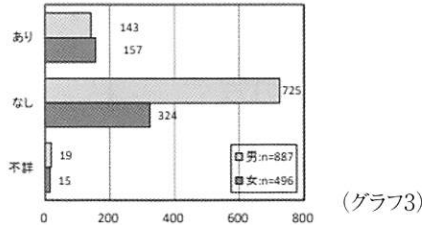
まず男女別の自殺者数の割合について『大阪府』をみると、男性が64.1%、女性が35.9%となっています(グラフ1)。一方『いのちの電話』におけるかけ手の男女比をみると男性が46%、女性が54%となっています(グラフ2)。

令和5年・男女別自殺者数  
n=1,383



どうやら電話相談をする人は女性が多いようですが、実際に自ら命を絶つ人は、男性の方が多くようです。女性は電話相談することに男性よりも抵抗が少なく、このことが希死念慮を低減させることにつながり、女性の自殺率を低くしているのかもしれない。

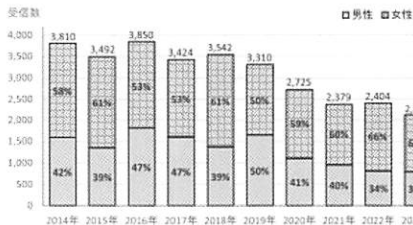
令和5年・男女別自殺未遂歴の有無



次に『大阪府』において、自殺で亡くなった人のうち自殺未遂者の有無について男女の割合をみてみます。すると男性の自殺未遂歴有りの割合は16.1% (総数887人中143人) で、女性は31.7% (総数496人中157人) となっており、女性の自殺未遂歴有りの割合が男性の約2倍になっています(グラフ3)。

また『関西いのちの電話』において、自殺を訴える電話の男女比をみると男性38%で、女性62%になっています(グラフ4)。

これらのことについてはどうでしょうか? 女性の場合、自殺で亡くなる人のうち未遂歴のある人の割合が多いことに対して、男性は未遂することなくいきなり亡くなるケースが多いといえます。



未遂にせよ、実際に亡くなるにせよ、自殺に向かっの行動の前に必ず「死にたい」という気持ちが先に起きると考えられます。電話相談において「死にたい」というサインは女性の方が出す傾向にあるのでしょうか。もちろん男性も「死にたい」思いはあると思われませんが、それをあまり出すことなく、ひっそりと突然亡くなっているのかもしれない。

人が自ら命を絶つには様々な理由があり、そこに至るにはいろんな経緯があります。そのため、ここでのデータの比較で述べた内容はあくまでも仮説にすぎません。

「死にたい」という気持ちは、家族や友人であっても簡単に打ち明けることができるものではないでしょう。そういった思いを打ち明けることを、気軽にはできないのかもしれませんが、今後少しでも話せる場所としてのいのちの電話でありたいと思っています。

(参考資料)

大阪府健康医療部こころの健康総合センター推進課。“大阪府の自殺の概要”. 大阪府 2011.7.6.  
[https://www.pref.osaka.lg.jp/o100220/kokoronokenko/jisatsu\\_gaikyou/index.html](https://www.pref.osaka.lg.jp/o100220/kokoronokenko/jisatsu_gaikyou/index.html) (参照2025.2.10)

広報誌『関西いのちの電話』第178号 2023年の電話相談から見えてくるもの

## あたたかいご支援ありがとうございます

2024年9月～2025年2月までに、次の方々から社会福祉法人関西のちの電話への寄付を頂きました。  
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】**

岩本 和代	落合 雅子	阪下 誠	杉浦眞喜子	筒井 友祐	春名 康範	水谷恵里子	山下 薫
上坂 和美	金岡 重雄	佐治千栄子	杉山 邦子	妻鹿 泰子	日野 哲雄	水中 照子	山下 佳子
青山 洋	晴地 道俊	神谷 尚孝	隅田 保	長尾 智子	日野 基子	ミヤザキヒロシ	山田 道雄
赤毛 富美	宇野喜句子	岸本 彰五	佐野 恒子	ソトワヨシタカ	長野加代子	平野 雄二	宗像千代子
浅井 良子	江崎 和子	北川 美香	幣原 直子	竹澤 擁子	中野 爲夫	藤田 芳子	宗行孝之介
浅野 敏行	榎本 貴夫	北の坊皓司	柴峠 隆士	竹村 武男	中野 桂子	藤田 久子	守谷 敬子
荒屋 昌弘	大坂 雅巳	京谷 京子	島田 眞一	タニシヒロユキ	新川 久義	藤田 淑雄	安岡久美子
有岡久美子	大津 久直	楠木 一正	東海林恭子	谷島 裕之	野崎 京子	細川 泰子	安永 繁美
石野 泉	大畑 了子	河内 俊之	白方 誠彌	塚本 健司	浜本由紀子	細田 敦子	山内 通生
今谷 由美	小川 晃司	後藤 節子	菅 順子	ツジセイスケ	林 竜弘	松野 五郎	山口 博子
今村 良子	小川 弘二	小頭 誠	菅谷 道子	土屋 俊平	原 寛	松本 剛	山口 健一

**【団体】**

学校法人 大阪YMCA学院	向上社保育園	日本基督教団 大阪教会	日本聖公会 大阪教区婦人会
小曽根病院	大阪信愛修道院	日本基督教団 聖峰教会	日本聖公会 大阪教区 川口基督教会
42期同期研修	小林聖心女子学院	日本基督教団 高石教会	日本バプテスト大阪教会
愛徳カルメル会 本部修道院	大阪聖コゼフ宣教師修道女会	日本基督教団 塚口教会	梅花中学校・高等学校
(有)あさひ保険	カトリック鈴蘭台教会	聖母奉獻修道会	融通念佛宗 法蔵寺
江崎グリコ株式会社 秘書室	社会活動委員会	日本イエスキリスト教団 垂水教会	メンタルクリニックおかだ
宗教法人 援助マリア修道会	カルメル会修道院	西宮中央教会	大阪希陵ライオンズクラブ
大阪聖愛教会	かわすみクリニック	阿倍野教会	レデンブリスチン修道院
大阪東十三教会 ひつじ会	神戸聖内教会	池田五月山教会	六甲学院中学校・高等学校
大阪ロータリークラブ	コニシ株式会社	伊丹教会 婦人会	匿名 1社

◎他に相談員・理事・評議員・有志などが支えています。

## 2025年 傾聴セミナー&電話相談ボランティア説明会

本年もご好評をいただいている「傾聴セミナー」を下記の日時と場所で開催します。  
講師として、松本 剛氏(神戸親和大学 教授)と水野泰行氏(関西医科大学附属病院 心療内科医師)をお迎えして、聴くことの大切さを学びます。

- ①4月 5日(土) 13:30～15:00 講師:松本 剛(天満橋ドーンセンター)
- ②4月22日(火) 19:00～20:30 講師:水野泰行(大阪駅前第2ビル6F)
- ③5月13日(火) 19:00～20:30 講師:水野泰行(大阪駅前第2ビル6F)
- ④5月24日(土) 13:30～15:00 講師:松本 剛(天満橋ドーンセンター)
- ⑤6月 7日(土) 13:30～15:00 講師:松本 剛(天満橋ドーンセンター)

◆参加費:500円 ◆定員:30名(定員になり次第締め切り)  
TEL:06-6795-4860 FAX:06-6795-4861  
Email:jimukyoku@kaindinochi.com

この広報誌は、令和5年12月に実施された大阪府共同募金会の助成を受けて発行しています。府民(寄付者)のみなさまに感謝いたします。

### 編集後記

人はみな赤ん坊の泣き声とともにこの世に生まれます。このとき「死にたい」と思いながら生まれてくる赤ん坊はいないと思います。しかし、人は成長するにつれ「死にたい」という思いを持つことがあります。赤ん坊の泣き声が「死にたい」に変わるのには様々な理由や事情、そこに至るまでの経緯があるのでしょう。

しかし、ほとんどの場合、このような理由や事情を分かり得ることはありません。なぜなら「死にたい」という思いには、その人にしか分からない深い悲しみや誰にも見せることのない涙が隠れているからです。

「死にたい」気持ちに共感することは、その気持ちに秘められた悲しみの深さや涙の重みを感じることです。それは並大抵のことではありません。けれど、人はその深さや重みを、ほんの少しでも共感してもらえたとき、死を踏み止まることができるのかもしれない。(M.F)

### 電話相談受信状況(2024年～2025年)

受信月	11月	12月	1月	2月
受信件数	1,585件	1,556件	1,533件	1,235件
相談員数(延)	406人	438人	409人	327人

### 社会福祉法人 関西のちの電話

事務局 〒537-0024 東成鶴橋駅前郵便局留  
TEL 06-6795-4860  
FAX 06-6795-4861  
発行人 李清一 編集 広報委員会  
ホームページ <https://kaind2.com>

