



岐阜いのちの電話



ハナミズキ H.M.

話してみませんか
あなたの悩み…

相談電話／ **058-277-4343**

相談時間／ 月～日曜日 午後7時から午後10時まで

第1・第3土曜日のみ 午前8時から午後7時まで

開設時間内でも防災警報・注意報の発令（悪天候）や「相談ボランティア」の都合が付かない場合などで「休止」することがあります。ご了承ください。

フリーダイヤル／ **0120-783-556** 毎日 午後4時から午後9時まで、及び 毎月10日 午前8時から連続24時間

ナビダイヤル／ **0570-783-556** 毎日 午前10時から午後10時まで

相談電話・相談時間の詳細はホームページでご確認ください。

メール相談／ 「岐阜いのちの電話」のホームページに利用案内が掲載されています。

ホームページ <https://gifu-inochi.com/> (スマホからは右のQRコードで)



「苦しみ」をともにする

高木 総平

2年前に「長野いのちの電話」からニューズレターの原稿依頼があり、「なぜ傾聴なのか」という題で寄稿しました。これまで多くのスーパーヴィジョンを担当し、電話相談において「聴けなくなる」一番の原因が、「何とか解決してあげたい」との相談員の思いが強くなった時であることをいつも痛感してきたからです。相談員の気持ちとしては、「苦しみ」を取ってあげたいということです。この気持ちは自然な気持ちですし、悪いことではないのですが、そこから「解決」の方に気持ちが移る場合、「聴けなくなる」のです。コーラーさんも「解決」を求めているように訴えますから、相談員はますます「何とかしてあげよう」と思うのです。

そこで問われるのが、「解決」とは何かということです。そのことを長野の紙面で投げかけました。その「解決」は相談員の価値観と違う場合もあり、コーラーさんは聴いてもらうことで、当初の願いとは違うことに気づく場合もあります。どちらも問題がなくなるとか、「苦しみ」がなくなるという次元の話ではありません。そもそも「苦しみ」をなくすことができるかという根源的な問いの前に立たされます。そこで長野の紙面では、「苦しみを尊重する」そして時に「コーラーさんと一緒に悩み、深いため息をつく」ことがあっていいのでは*1と結びました。

私自身、長年カルト問題に関わり続けてきました。各地のいのちの電話で発表したこともあります。昨年あの安倍元総理の事件が起こり、旧統一協会*2問題が大きく取り上げられました。この組織だけでなく、ほとんどのカルト団体は「苦しみ」に遭わないことを「売り」にしています。その犯人は裁かれるのは当然ですが、ずっと日本の社会でこの組織をはじめ、いくつかのカルト団体が違法行為や

問題行動を続けてきたにもかかわらず、放置してきた政治の責任は重いと思います。犯人の母親はずっと「不幸」な苦しい人生を歩んできたと言われています。その原因（先祖の因縁）を取り、これからの「不幸」を避けるために統一協会に信仰する、要するに全財産をささげ、借金をしてまでも尽くしなさいということでした。その結果家庭が壊されたのでした。

苦しみを避けるのは自然なことかもしれませんが、人間にとってそう簡単ではないのです。もちろんなくした方がいい苦しみやなくすことができる苦しみもあるのですが、もっと言うと究極の苦しみ、絶望を通してこそ「見える世界」があり、希望に至るということです。そのことを繰り返し語ったのが、あのナチスドイツの収容所体験から生き延びたV. フランクルでした。ここから今一度、苦しみの中にあるコーラーさんから聴くということ、私たち自身も避けることのできない人生の苦しみにどう向き合うかということをもっと意識したいと思います。

*1 五木寛之『大河の一滴』から

*2 本来はこちらが正しい

(当協会副理事長)

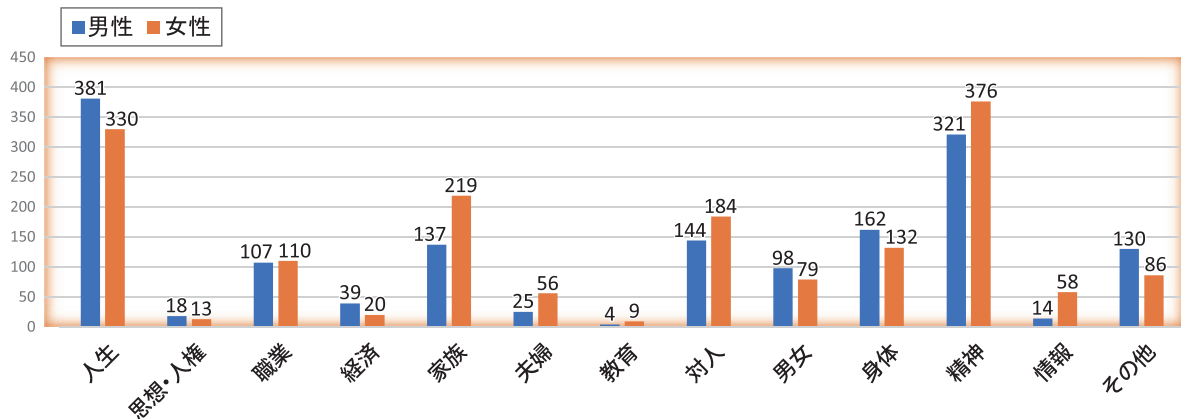


岐阜いのちの電話 2022年の統計

岐阜いのちの電話が令和4年1月～12月までの1年間に受信した電話は、4,889件でした。そのうち相談員の会話がなかった無言(1,637件)を除く相談件数は、男性1,580件(48.6%) 女性1,672件(51.4%)でした。この中には、日本いのちの電話連盟の事業に参加した、自殺予防フリーダイヤルが411件、毎日フリーダイヤルが463件、ナビダイヤルが137件含まれています。

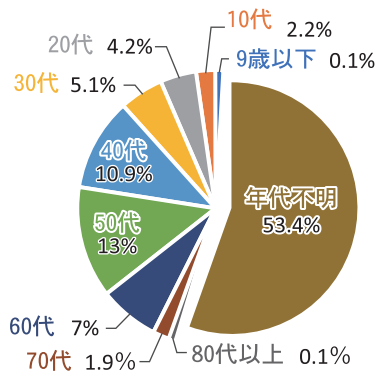
相談内容は、男女ともに人生に関するものや精神的な疾病に関するものが多く寄せられています。年齢別では、男女ともに40歳代50歳代の方からの電話が多くを占めています。

男女別相談内容別状況

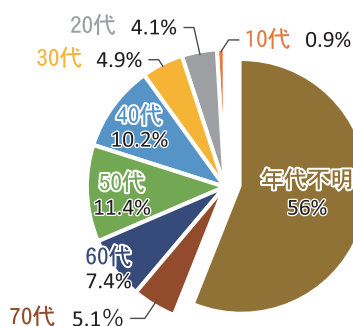


男女別年齢別の状況

男性 1,580件



女性 1,672件



岐阜いのちの電話 20年間受信件数

年	受信数 (無言含)	男	女	無言※
2003	5,944	2,794	2,282	868
2004	5,324	2,681	1,394	1,249
2005	6,288	3,400	1,410	1,478
2006	6,174	3,298	1,436	1,440
2007	5,863	2,849	1,520	1,494
2008	5,622	2,553	1,820	1,249
2009	5,665	2,383	2,129	1,153
2010	5,650	2,743	2,021	886
2011	6,639	2,974	2,402	1,263
2012	8,274	3,565	3,032	1,677
2013	9,900	4,072	3,286	2,542
2014	10,032	4,408	3,266	2,358
2015	10,257	4,611	3,259	2,387
2016	9,547	4,562	2,710	2,275
2017	7,042	3,337	2,105	1,600
2018	5,897	2,790	1,771	1,336
2019	5,905	2,511	1,821	1,573
2020	3,413	1,215	1,312	886
2021	4,696	1,552	1,806	1,338
2022	4,889	1,580	1,672	1,637
総計	133,021	59,878	42,454	30,689

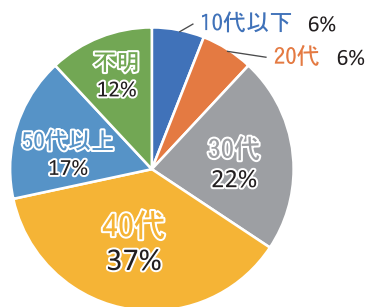
※岐阜いのちの電話では、電話が繋がっても無言のままの方の件数も統計を取っています。無言の中に多くの思いがあると考えています。

メール相談の統計(R4. 4. 1～R5. 3. 31)

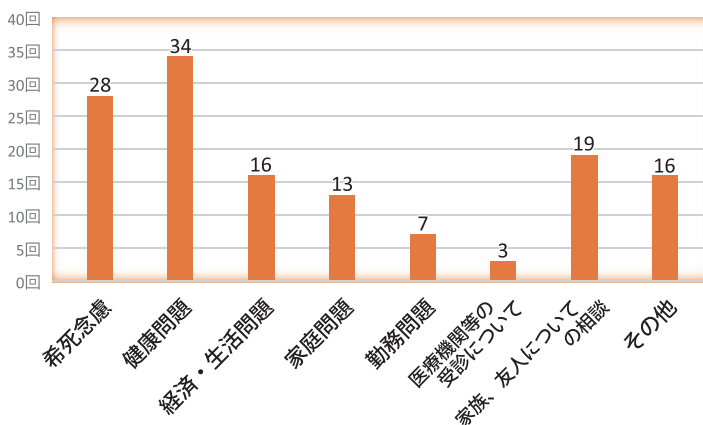
岐阜いのちの電話が、令和4年度に受けたメール相談は新規継続合わせて144件でした。精神的な疾病を含む健康問題に関する相談がもっとも多く希死念慮を伴うものは全体の4割を超えていました。

新規の相談における男女比は、男性18件、女性41件で女性が2倍以上となっています。また相談回数では、1回だけで終わったものが29件、その後2回以上継続したものが38件でした。年齢別では、30代、40代からの相談が全体の6割近くありました。

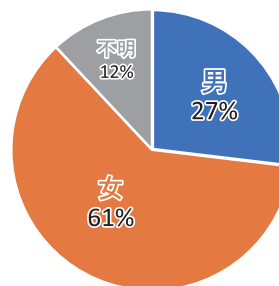
年齢別受信件数



相談内容(複数回答)



男女別相談件数



令和4年度事業報告

●相談活動

(1)電話相談

- ①令和4年電話相談(R4. 1. 1～R4. 12. 31)
総受信件数 4,889件(内、無言1,637件)
 - ・通常ダイヤル 2,241件
 - ・ナビダイヤル 137件
 - ・毎月10日ワラダヤル(厚労省補助事業) 411件
 - ・毎日ワラダヤル(厚労省補助事業) 463件

②研修

- ・個人スーパービジョン 全相談員 1回
- ・継続研修 延べ25回
- ・全体研修 3回

③電話相談員養成講座(22期23期)

- ・講義 15回/実習 5回/電話相談実習12回(6か月)
- ・個人スーパービジョン 全実習生 各3回
- ・グループスーパービジョン 2回

(2)メール相談

- ①メール相談 相談件数 144件

②研修 継続研修 1回

●広報啓発活動

- (1)広報誌発行
2回発行(6月3,400部、12月3,300部)
発送先 478件
- (2)ホームページの更新
- (3)市民公開講演会開催
令和5年2月11日(祝)
講師：信田さよ子原宿カウンセリングセンター顧問
演題：家族について考える～カウンセリングの現場から～
会場：ソフトピアジャパン(大垣市)
参加者：会場 100人/オンライン 35件
- (4)マスコミ関係
 - ・2023年1月21日 朝日新聞掲載
岐阜いのちの電話の相談員減少についてと、「生きるのがつらいとき、話をしたいときは電話をしてほしい」と呼びかけました。
 - ・2023年3月 FMわっち

岐阜いのちの電話の活動について、その
始まりから現在について話をしました。

令和4年12月11日
・近畿・中部ブロック会議参加
(三重県)
令和5年1月16日

●講師派遣

- ・輪之内町ゲートキーパー講演会
令和5年2月6日 高木総平副理事長
- ・岐阜県・NPO法人岐阜県精神保健福祉会
連合会主催講演会 高木総平副理事長

●他機関連携

- ・岐阜県自殺総合対策協議会参画
- ・岐阜県犯罪被害者支援活動推進協議会参画
- ・東海ブロック研修会議(岐阜県)

●法人の活動

- (1) 総会・理事会
 - ・総会開催
令和4年5月22日(日)
 - ・理事会開催
令和4年5月8日(日)
令和5年3月19日(日)
- (2) 運営会議 11回

令和4年度財務報告

項目	補助金等	会費	寄付金	講座受講料	登録更新料	受取利息	合計
【収入の部】 經常活動収入	5,116,389	384,000	962,081	221,000	86,000	139	6,769,609
【支出の部】							
事業費	管理費	合計	収支差額				
5,330,691	2,172,460	7,503,151	△ 733,542				

～ みなさまのご支援を～

毎年、ご寄附を続けてくださる賛助会員と一般のご寄附などの、ご協力をよろしく
お願いいたします。

- NPO法人岐阜いのちの電話協会の賛助会員になってください。
個人1口 A 10,000円 / B 5,000円 / C 3,000円
団体1口 10,000円以上
- 寄附のご協力をお願いします。

【振込口座】

- ◎ 郵便振替 00830-9-124128
- ◎ 口座名義 特定非営利活動法人岐阜いのちの電話協会
トクヒ) ギフイノチノデンワキョウカイ
- ◎ 口座番号 *ゆうちょ銀行
ゆうちょ銀行 ⇒ ゆうちょ銀行
(普)19693221
他金融機関 ⇒ ゆうちょ銀行
店名二四八 店番248
(普)19693221
*十六銀行
島支店 店番115 (普)1161276

岐阜いのちの電話

いのちの電話は、苦しみや悩みを抱えながら誰にも相談できなかつたり様々な機関に相談をしても納得できないなと思っている方と電話などで対話することで、生きる意欲をご本人が見いだされるよう心の支えになりたいと願いボランティア活動をしています。

現在、岐阜いのちの電話は、毎日午後7時～10時と第1・第3土曜日の午前8時～午後7時にかけて頂けます。その他に、日本いのちの電話連盟が主催する「フリーダイヤル」「ナビダイヤル」にも参加しています。

岐阜いのちの電話では、インターネット相談(メール相談)も行っています。岐阜いのちの電話のホームページからご覧ください。

相談に、名前を言う必要はありませんし秘密を守ります。宗教や思想の自由を尊重します。相談員は定められた研修を修了し「いのちの電話」の相談員として認定された人たちで、認定後も継続的に研修をしている人たちです。

年中無休 午後7時～午後10時／第1・第3土曜日 午前8時～午後7時

岐阜いのちの電話 TEL **058-277-4343**

フリーダイヤル 毎月10日午前8時～翌朝8時／毎日午後4時～午後9時

自殺予防いのちの電話 TEL **0120-783-556**

年中無休 午前10時～午後10時

ナビダイヤル TEL **0570-783-556**

**インターネット相談
(メール相談)**

ホームページ(下記URL)に利用案内があるのでご覧ください。スマホなら右のQRコードからご覧になれます。

岐阜いのちの電話
ホームページ

<https://gifu-inochi.com>



いのちの電話とは

いのちの電話は、1953年イギリスロンドンで始まった自殺予防のためのサマタリンズ運動に端を発し、全世界に活動の輪を広げています。

日本では、1971年ドイツ人宣教師ルツ・ヘットカンプ女史を中心に電話相談事業が開始されました。宗教色を持たず、非専門家であるボランティア相談員による市民活動として歩み始め、発足以来、困難や危機にあってパワレスに追い込まれた人たちと電話をとおして心を通わせ、再び生きる力を取り戻されることを願って活動しています。



相談員の声

何の役に立つのかわからないけど

電話センターの玄関先に敷いてある古新聞を見て、今年もツバメは来てくれたんだとほっこりします。毎年、当たり前のように巣をつくり、子どもを育て旅立っていくことが、決して当たり前のことではないのだと気づいたとき、生きていくということのたくましさや、それを続けられないことの虚しさのようなものを感じます。巣をまじまじと見つめていたら、子ツバメたちは引っ込んでしまいました。「怖い人には気をつけるように」とでも言われているのでしょうか。

いつから始めたのか記憶はありませんが、新聞を切り取ってスクラップを作っています。もう一度読みたいと思う記事を切り取るのですが、記事の保管は悩みの種でした。整理をしていないので、読みたい記事がどこにあるのかわかりません。その様なことが長年続き、最近はパソコンに取り込む方法に切り替えました。おかげで整理が少しはできるようになりました。

スクラップの対象は健康に関するものから、個人的に興味のあるものなどいろいろです。いくつかご紹介します。

WBCで大谷選手が決勝戦の円陣で、「1個だけ！ 憧れるのはやめましょう。——勝つことだけを考えていきましょう。さあいこう。」この青年はこのような時にでも丁寧な言葉で語る人なのだと知った時、私は胸にジーンと来るものを感じました。彼への親しみのようなものでしょうか。

この様なものから、「依存症、女性とア

ルコール」では、女性の背景にある「生きづらさ」の問題を特集したもので、つらい気持ちをまぎらわせ、自己治療のためにお酒に頼り依存症になるケースです。医療につながり、「もうお酒をやめたい」と訴える女性に「大変でしたね、よく来てくれましたね」「今までは飲んでも仕方がなかったかもしれませんが」と、いたわりの言葉を掛けられ安心する様子に、私たちにも、この様なかわり方も必要だろうと思ったりします。

「追い詰められる女性たち」では、コロナ禍で女性の自殺が増え、育児・DV・介護・雇用・性被害・虐待・生活苦などの複合的な理由で、死へと追い詰められる人たちの記事です。この中で、家庭内暴力(DV)を受けた人たちの声を聴き続けるカウンセラーで公認心理師・臨床心理士の信田さよ子さんは、「家族間の性暴力は決して珍しくなく、加害者は父親だけでなく兄や弟、母など多岐にわたる。まったく表面化しないことが最大の問題」と強調されています。

松本俊彦さんは、10代の子たちの市販薬の間違った使用が重篤な肝臓障害や幻覚、けいれん、意識障害などを起こし、致命的な結果になる問題を語っておられます。

私たちは、すべてのことを知ることも、体験できるものでもありません。いろいろな病気や障害、いじめや虐待、性被害に悩み苦しむ方々の思いを綴る記者の表現力に、感心したり同感したりしながら、何かの参考になればとスクラップを作っています。

(T. M.)

コラム

電話相談と社会福祉制度

私は、3年前に事業所を個人開業し、「訪問してこころを癒すケア」で病院や施設などを訪れ人の悩みに寄り添わせて頂いたり、成年後見人として判断能力の乏しい方の財産管理や身上保護をさせて頂いたり、また、有料老人ホームや介護老人保健施設で職員に対してメンタルヘルスに関す

る面接を行ったりしています。開業した当初は海外で活動することは想像していませんでしたが、今度、中国の高齢社会化に伴い介護指導をさせて頂くことにもなりました。ご縁に感謝しています。

一方、電話相談ですが、6～7年(途中休会あり)携わらせて頂いています。相談員になったきっかけですが、たまたま見た相談員募集要項がきっかけで、研修だけと

りあえず参加してみようと軽い気持ちで始め、気がついたら相談員になっていたという感じです(笑)。研修やスーパービジョンでは「事柄ではなく感情に焦点を当ててコーラーさん(電話をかけた人)の話を傾聴する」と教えて頂きました。また、相談員は傾聴に徹して「こちらからは多く質問をしないように」とも言われました。私の仕事内容と重なる相談内容も多く、コーラーさんから、「介護保険サービス」「就労支援サービス」「ケアマネ」「生活保護」などのキーワードが出てきます。そのような時、コーラーさんの生活状況が良く理解できるため、思わず込み入った話や質問をしたくなりますが、そこはグッと我慢しています。

最近、私が感じることは、相談員とコーラーさんは一期一会の出会いで、心が通じ合うことが大切だと感じています。極端な話ですが、事柄を聴くだけで心と心が通じ合わず、何か機械的になってしまっただけは本末転倒だと思います。傾聴のスキルを持ちながら、時には社会福祉制度の情報提供も

する、いわば車の両輪のように対応する事が大事なのではと思います。

今は社会の課題が複雑で、重層的な支援が求められています、それは電話相談でも一緒かもしれません。社会の状況に合わせて、機関として求められるものも多くなってきているのかもしれませんが。

「今日食べるものが無い、明日も明後日も何も無い、もう死ぬことを考えています」と電話相談があった方に、「食べるものが無いのですね」「死にたいのですね」と傾聴し共感すると同時に、コーラーさんの利益になるような社会福祉制度を伝える、例えば「社会福祉協議会に生活福祉資金貸付制度がありますよ」「市役所に生活困窮者支援制度があるので目先の食料をとりあえずもらってください」とアドバイスすることもケースバイケースで必要なのかもしれません。

これからも自殺予防の電話相談とは何かを、常に自分自身に問いかけながら活動をしていきたいと思っています。

(S.O.)

寄附等・賛助会費ありがとうございます

次の皆さまから岐阜いのちの電話協会に、ご支援を頂きました。心から感謝を申し上げます。

【個人ご寄付・賛助会員】2022年11月1日～2023年4月30日領収分

50音順・敬称略

池田 庸子	井澤 美志津	石樽 弥生	植村 貴子	大西 みゆき	金子 範子
北谷 雅春	黒木 伸俊	後藤 道子	子安 愛子	鈴木 信子	滝澤 昌子
多田 滉・嘉子	田中 良	辻 照代	辻尾 俊明	常富 佳子	南部 紀子
伏屋 孝子	古川 秀昭・昭子	松居 勲	三品 照視	矢野 由子	若岡 ます美

市民公開講演会ご参加のみなさん

この他お名前掲載を希望されない方 8名

【法人・団体・グループ】2022年11月1日～2023年4月30日領収分

50音順・敬称略

MDRT 日本会	医療法人清風会大垣病院	医療法人杏野会各務原病院
岐阜新聞岐阜放送社会事業団	(有)三進社印刷所	日本キリスト教会岐阜教会
医療法人清澄会不破ノ関病院	美濃大野ライオンズクラブ	山県市

*2023年5月1日以降にご支援賜りました方々のお名前は広報誌次号で報告させていただきます。

*広報誌にお名前掲載を希望されない方は事務局までお知らせください。

編集 後記

今号は紙面を4ページから8ページに倍増しました。毎年6月号は、前年度の電話相談の統計結果を載せることとしているので紙面が厳しくなります。勢い文字を小さくすることになり読んでくださる皆様はもとより寄稿して下さった方々にも申し訳なく感じていました。事務局長I.さんの提案もあって今号は8ページとしました。

巻頭の高木副理事長の文章で、「聴けない」一番の原因は相談員の側の「何とかしてあげたい」という気持ちであるというところ、我が身を振り返って「然り!」と思いました。解決していくのは他ならぬご本人であること、「何とかしてあげたい」からこそ「何とかしてあげたい」気持ちをひとまず脇に置いておかなければいけないこと。肝に銘じたいと思います。(I.T.)

特定非営利活動法人
岐阜いのちの電話協会

〒500-8387 岐阜藪田簡易郵便局 局留
TEL 058-273-5387 FAX 058-201-1922
発行人：杉田 憲夫 編集：広報委員会

□岐阜いのちの電話協会ホームページ <https://gifu-inochi.com/> □メール・アドレス sec@gifu-inochi.jp

ホームページのURL、メールアドレスが4月以降変更になりました。