



岐阜いのちの電話



タケノコ 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金曜日のみ
午後7時から連続24時間

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。

ナビダイヤル／0570-783-556 (全国共通番号) 毎日 午前10時から午後10時まで

フリーダイヤル／0120-783-556 毎月10日 午前8時から連続24時間

メール相談／「岐阜いのちの電話」のホームページに必要事項が掲載されています。

相談は携帯メールもご利用できます。

inochi-mail@ktroad.ne.jp (5日以内に返信します)

「温かく見守る?!」

子安 崇雄

市町村が主催する「ゲートキーパー研修会」に講師として呼ばれることがあります。ご存じの方が多くなってきていますが、ゲートキーパーとは「命の門番」と直訳され、自殺の危険を示すサインに気づき、適切な対応(悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聞いて、必要な支援につなげ、見守る)を図ることのできる人と説明されています。

(厚生労働省「ゲートキーパー」とは?)

キーワードとして「気づき」「傾聴」「つなぎ」「見守り」が挙げられ、さらに「寄り添う」「温かく見守る」と説明が加えてあります。

研修会で私は主に「傾聴」と「見守り」について、講義させて頂いていますが、これは「いのちの電話」相談員の電話を受ける姿勢態度に共通するからです。「傾聴」については、今まで本紙に長年連載させて頂きましたので割愛します。

○

「寄り添う」「温かく見守る」とはどう説明したらよいのでしょうか。言葉は明瞭だが、何とも具体的に伝えにくい人間の姿勢・態度だと痛感させられています。少なくとも専門家の相談業務の様な指導・助言や専門知識の解説・教示ではないことは明らかです。それは俗に云う「上から目線」であって、寄り添い温かく見守る姿勢態度とは言えないように思います。

「説得」や「励まし」も「上から目線」と云えば云えなくもなく、寄り添い見守る姿勢にはならず、時には冷たい対応と受け取られそうです。

○

「寄り添う」「温かく見守る」の説明に「これはダメ! あれもダメ!」と引き算で説明ができて、これが「寄り添う」こと、「温かく見守る」姿勢と足し算での説明が難しいことに直面し、つまるところ「傾聴です!」「共感です!」と持出してみても、これまた「言語明瞭・意味不明」と言われそうです。思い悩んだ結果、私はイメージで伝えようと、

次のような例えを話すことがあります。

今ではあまり見かけなくなりましたが、JR旅客車両の中に大人4人が向かい合って座る「ボックス座席」があります。あの座席に相手と向かい合って座らないで、相手の横に並んで、同じ方向を向いて座るのが「寄り添い、温かく見守る」イメージですと伝えてみます。相手の「正面には立たない」イメージですと言ってみます。

○

悩みや、生き辛さを語られる話し手に、例えば「そうですね…。人間、誰にもそういう時はありますね…」と応答し、時に「実は私も若い時に…」などと話し出すのが「相手の正面に立つ」姿勢態度で、それに比べて「そうですね。それは辛いですね…」と受けて、その先をお聞かせ頂くのが「横に座し、寄り添い、温かく見守る」姿勢態度です。このちよつとした違い、伝わるでしょうか。

「…いっそ消えてしまいたいと思うことが…」と言われる人の真正面から「それはいけませんね。命と云うのは…」などと語り始めないで、「そんな思いになられることがありますか…、もう少しお話を聞きますか…」と聴き続けるのが、寄り添い、温かく見守る姿勢態度だと思っています。

○

視覚障がいの方の手を引いたり、腕を取ったり、場合によっては肩を貸したりして「同行支援」する姿を思い浮かべてみてください。健常者は視覚障がい者の横に寄り添い、相手に「二の腕」を掴んでもらって、一歩あるいは半歩先を歩くのが良い誘導といわれています。

「寄り添い温かく見守る」支援をしようとする場合は「一歩あるいは半歩先を歩く」は相手で、あなたは「一歩あるいは半歩」後を歩くことになり、相手の体温を感じ、あなたの温かさが伝わる「心の距離・想いの距離」が良いですね。(これもまた言語明瞭・意味不明??) (協会副理事長)

相談員の声

私の「いのちの電話」相談員活動への契機は、とある施設でつけた相談員養成講座受講生募集のパンフレットを手にしたところから始まりました。

傾聴って何? 病気、自殺や偏見など苦しみの要因の基礎的解説の講義や人間関係基礎訓練、電話相談のロールプレイを経験し、自信もないまま電話の前に座ることになりました。

活動を始めてしばらくすると、受話器を置いた後、

私の心に何とも言いようのないものが残り続けることに気が付きました。帰宅後も神経が高ぶっているのが続きました。

この活動については守秘義務があるので、家族にも話せないし、困ったなあと思いました。そんなある電話当番の帰り際に、相談員の先輩が声をかけてくださいました。「今日の電話で何か引きずっていない? もしあれば今ここで話してから帰ろうね。」

「ああよかった。」相談内容も含めて、話すことのできる仲間がいた。「助かった！」と大喜びしたことを覚えています。

多分、相談員としては不器用で直すべき点が多い私だけれど、この言葉に支えられて、今も活動できて

いるのだと思います。性別や年齢、経歴など様々な人生や考え方をもってみえる先輩や同期の方と相談活動を通じて会話できることが、私にとっての宝物なのだとも思います。

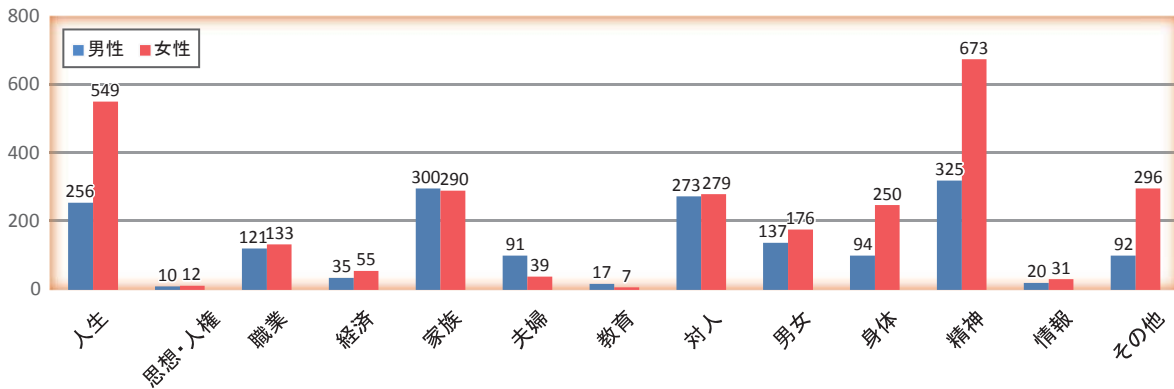
(M・O)

岐阜いのちの電話 2018年の統計

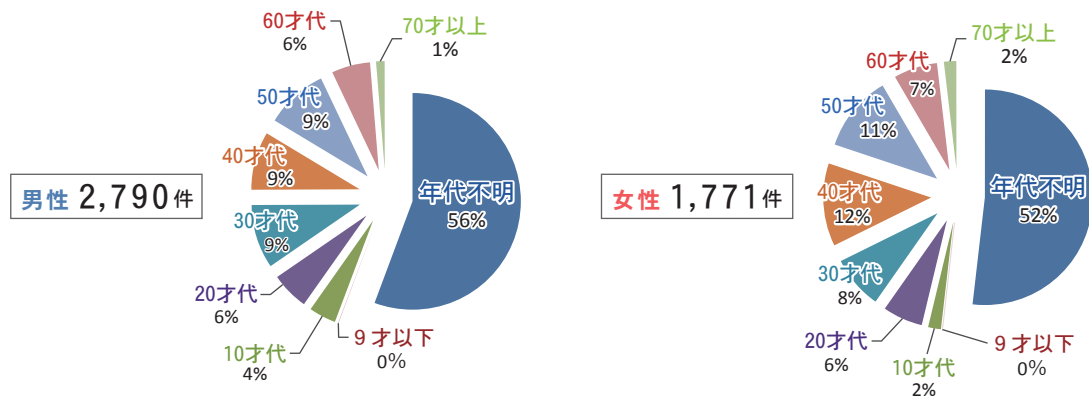
岐阜いのちの電話が2018年1月～12月までの1年間に受信した総件数は5,897件でした。そのうち相談員と会話のなかった無言(1,336件)を除く相談件数は4,561件で、男性が2,790件(61%)、女性が1,771件(39%)でした。

相談内容は男女ともに精神に関するものや、孤独、生きがいなど人生についてのものが多く寄せられています。年齢別では半数以上は不明ですが、男性では30から50才代、女性では40から50才代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



会費・寄附に対する感謝報告

下記の方々から岐阜いのちの電話協会へ暖かいご支援をいただきました。心から感謝して報告いたします。今後ともご支援賜りますようお願いいたします。

【個人】2018年11月1日～2019年4月30日領収分

順不同・敬称略

赤塚陽子 (一宮市)	加納義久 (各務原市)	熊田かほる (岐阜市)	近藤孝夫 (岐阜市)
池田庸子 (岐阜市)	川本侑子 (多治見市)	久世 猛 (岐阜市)	田中 良 (岐阜市)
板垣正雄 (岐阜市)	片桐玉美 (岐阜市)	児玉佐喜子 (養老町)	谷口雅美 (岐阜市)
伊藤利明 (各務原市)	河村真志 (岐阜市)	後藤道子 (岐阜市)	高木美智子 (大垣市)
大村みどり (岐阜市)	河村満恵 (岐阜市)	子安愛子 (岐阜市)	高山節子 (岐阜市)
太田朋子 (三島市)	木下宏明 (土岐市)	子安崇雄 (岐阜市)	多田 滉 (岐阜市)

多田嘉子 (岐阜市)	古川芳子 (名古屋市)	松居 勲 (大垣市)	村瀬忠敬 (山県市)
辻 照代 (岐阜市)	福井真一 (岐阜市)	三尾美紀 (大垣市)	村瀬康子 (山県市)
辻尾俊明 (各務原市)	伏屋孝子 (岐阜市)	三品照視 (美濃加茂市)	森川士朗 (岐阜市)
土野一憲 (各務原市)	古川秀昭・昭子 (岐阜市)	宮崎普子 (揖斐川町)	山田坂枝 (岐阜市)
中野哲一 (名古屋市)	古田孝子 (岐阜市)	武藤幹子 (岐阜市)	岩岡ます美 (岐阜市)
西田一代 (大垣市)	堀田美和子 (海津市)	武藤吉徳 (岐阜市)	この他お名前掲載を 希望されない方 9名
西谷玲子 (愛知県伊方町)	前田悦代 (大垣市)	村瀬 香 (名古屋市)	

【団 体】2018年11月1日～2019年4月30日領収分

順不同・敬称略

いのちサポートひだ (高山市)	三進社印刷所 (岐阜市)	日本キリスト教会岐阜教会 (岐阜市)
チャイルドラインぎふ (岐阜市)	岐阜新聞岐阜放送社会事業団 (岐阜市)	美濃大野ライオンズクラブ (大野町)
清澄会不破ノ関病院 (垂井町)	岐阜県医師会 (岐阜市)	やまやクリニック(山谷教一) (岐阜市)
郡上市 (郡上市)	長良キリスト教会 (岐阜市)	

*2019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次号で報告させていただきます。
*広報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。

～事務局だより～

2019年1月～5月

*近畿・中部ブロック会議

日本いのちの電話連盟の近畿・中部ブロック会議が2019年1月22日、奈良で開催され、当協会からは村瀬副理事長と古田事務局長が出席しました。全国のフリーダイヤル相談をはじめ、ナビダイヤル相談、インターネット相談等の協議が行われました。

*自殺予防講演会開催

2019年2月3日(日) 14時～16時、岐阜県図書館 1階「多目的ホール」において自殺予防講演会を開催しました。～地域で支える大切ないのち～「消えたい気持ち」と題して、臨済宗妙心寺派大禪寺住職・根本一徹氏を講師に講演が行われ、約110名の参加がありました。

*第19・20期ボランティア電話相談員養成講座について

相談ボランティア養成講座の第19期生が昨年4月21日から講義やロールプレー研修を終え、現在4名が6か月の電話相談実習に入っています。また、養成講座第20期の受講生募集中で6月から第1

課程の講義が始まります。

*NPO法人定期総会を終了

2019年5月12日(日) 13時30分から岐阜市日光コミュニティセンターにて、NPO法人岐阜いのちの電話協会2019年度第1回理事会と定期総会を開催しました。書面表決を含めて正会員34名の出席を得て、前年度事業報告と決算報告及び役員の変更を行いました。改選後の役員は理事には杉田憲夫、子安崇雄、村瀬忠敬、河村眞志、宮地幸雄、田口清吾、古田孝子、赤塚陽子、岩見三七夫、辻 幾則(新任)、監事に宮崎普子、辻尾俊明(新任)が選ばれました。

*イオン幸せの黄色いレシートボックス設置のお知らせ

イオン幸せの黄色いレシートボックスをマーサ21に設置していただきました。マーサ21(岐阜市正木)及びイオン系列店舗でのお買い物の際のレシートの内、毎月11日に発行される「黄色いレシート」を、「マーサ21」1階トイザらス横、「岐阜いのちの電話」のボックスにご投函ください。集まったレシートの合計金額の1%が協会活動のために寄付されます。

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・FAX 058-273-5387 (事務局専用)
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 <http://www.ktroad.ne.jp/~inochi/> ☐メール・アドレス inochi@ktroad.ne.jp