

KOKORO LETTER

広報

相談電話 **052-931-4343** 365日受信
 ナビダイヤル 0570-783-556 24時間
 フリーダイヤル 0120-783-556
 毎日16時～21時 毎月10日24時間
 インターネット相談 <http://www.inochinodenwa-ne.jp/> 検索
 (2022年1月現在)

元ホームレス支援者がつぶやき、 電話相談員が語り合った

最近、傾聴した電話相談を振り返りながら思い出すことがあります。過去に参加していた寄せ場運動でありホームレス支援のことです。寄せ場を去り20年以上も経つのに、記憶が蘇るのは不思議な感じがします。しかし、電話相談での訴えとホームレス支援のときの訴え、それぞれの課題がリンクする気がするため、思い出されるのは必然だったのかもしれませんが。

それで仲間の相談員に寄せ場運動やホームレス支援で経験したことを話し、意見交換をしてみました。語り合うと、対処療法が可能な表層の課題ではなく、問題の深層を思索するきっかけがありました。

Contents

相談員が語り合う	1・2・3
電話相談の現場から	4
HPリニューアルの紹介	4
編集後記	4

声

はな、名古屋のちの電話でも。

今日も不安な社会のなかで、孤独のつらさを抱え、誰かと話したいと電話をかけて来られる方、目の前の問題をどう受け止めて行けばいいのかわかりずらな苦悩に、死ねたくないといひ追いつめられる方からの SOS。止むことのない着信に、受話器をとる瞬間はいつも緊張感を覚えます。相談員になるための養成講座では傾聴の大切さを繰り返し教わり、ロールプレイをしながら理解を深めてきました。相手の方の言葉にはどんな気持ちで隠れているのか、話の事柄ではなく気持ちを汲み取るように聴くことを心掛けていても、時に自分の価値観にあてはめた考え方を伝えてしまうこともあり、傾聴の基本姿勢である受容と共感の難しさを痛感しています。

苦しみやつらさの根っこにあるものは、一度の電話でのやりとりで解決することではないのかもしれない。何かしてあげたい、という私の思いが邪魔だとして、気持ちに寄り添えていない未消化な電話相談になってしまったのではないかと悔まれたりすることもあります。

電話の向こうにいる方は、一期一会の時間を一緒に過ごす縁をいただいたひとです。電話相談という言葉のキャッチボールであっても、気持ちで受け止め、気持ちを伝える心のキャッチボールができるためにも、心を真っ白にして臨んでいけるよう、相談してください。鍛えられながら、経験を積んでいきたいと思います。

そして、私がもう一つ大事にしていることは、話を聴いて感じる自分の気持ちへの振り返りです。相手の方の思いを私はどう感じとっているのか、なぜ私はそう思い、何に反応したんだろうか。自分と対話することは、気づきを促すエッセンスで、自己理解のヒントが見つかると感じています。また、終了後に先輩の相談員から掛けられる言葉に救われることが幾度もあります。ひとりで電話相談をしているのではなく、活動をともにする仲間がいる心強さがあるからこそ続けて来られたのです。生きていくのは容易いことではないかもしれませんが、それでも、生きてここに在るということを認めたいと思っています。

途切れることのない着信に緊張しながら受話器をとる私がいま。

「はい、名古屋いのちの電話です。」
(50代 相談員)

ホームページ

HP が春からリニューアル!

～より電話をかけやすく…そんな「ご案内」をメインに～

10年以上インターネット上で名古屋いのちの電話の顔としての務めをしてきた HP ですが、来訪いただける方によりわかりやすくご案内できるようにリニューアルいたします。

広報委員会が新たなメンバーを呼び掛け、より多くメンバーで意見を交わしながらリニューアルを進めてきました。「電話を必要としているすべての人に呼び掛ける HP」をめざして、春にはリニューアル予定です。

新しい HP を、是非ご覧になってください。



現在の名古屋いのちの電話ホームページ

編集後記

今号は、相談員同士がホームレス支援経験者の話を元に意見交換をしたのだが、日頃の電話相談の問題を考える上でとてもよい学びの場になった。

語り合いのなかで、今であれば「コロナ禍」がホームレスに追い込まれる要因かもしれない、と語られたこともあり「コロナ禍 ホームレス」で検索を試みる。

厳しい現実がインターネット上でも報告されていた。コロナ禍により「炊き出し」に並ぶ「女性」がとてつもなく増えている。そしてホームレスに追い込まれるの女性も多いと書かれている。さらに若者の増加もまたしかり。

これが今、日本の社会でおきていること再認識し、社会の一人として出来ることを考えてみたい。(広報委員)

社会福祉法人愛知いのちの電話協会

2022年2月

〒461-8691 名古屋東郵便局 私書箱第257号
 事務局 ☎ 052-508-8381 FAX052-508-8384
<http://www.nagoya-inochi.jp/> E-Mail info@nagoya-inochi.jp

2022年2月15日発行
 発行人 榊 直樹
 編集人 愛知いのちの電話協会広報委員会

ホームレスとハウスレス

ホームレスの姿は街で見かけてご存知だと思いますが、彼らには家や毎日の食事がありません。この状況は外から見ると過酷です。毎年、凍死や餓死する人がいます。

人はそうした状況にいて、たとえ自分が空腹であっても助け合います。そんなホームレスたちに何度も出会いました。その様子は家族のようにも見えました。

こうして助け合う「共同体」は明るく、笑い声が聞こえたりします。ときに「共同体」のなかの一人から訴えがあり、支援者が生活保護によりアパートに住めるようにします。そうして家も生活費も得たにも関わらず、すぐに部屋を出て元の共同体に戻ってきてしまうことがよくありました。

家（ハウス）はなくても共同体（ホーム）のほうが良いという理由でした。こうした共同体の人々はハウスレスではあるけれど、ホームレスではないような気がしました。

支援者として、何を求めているのかを考えさせられました。

相談員それぞれの願いと葛藤

- 「電話相談をうけていると、確かに部屋のなかで一人孤立している人は多いと感じますよね」
- 「家の壁で孤立が可視化されないことも原因かもしれません」
- 「住居を得たホームレスが元の仲間のところに戻ったのは、孤立から逃れる場所があったということですね。逃れる場所のない人は、誰と話すこともなく、一人で苦しむことになるのかもしれない」
- 「電話利用者のなかには、すぐに自殺するという状況ではなく、繰り返し電話をして繋がろうとする方もいますね。あらためて、孤立感に苛まれている人だと想像します。より丁寧に話を聴きたいと感じました」
- 「ただ、そうしたときにも「いのちの電話」だけが繋がる場所になることや、電話相談が生活になってしまうことに違和感を感じませんか？」
- 「それは感じますね。いのちの電話は、あくまでも緊急避難的な場であってほしいと個人的には感じます」
- 「孤立から逃れるために電話でつながってほしいという思い、でも、いのちの電話が恒常的な受け入れ先でない生活を送ってほしいという葛藤はありますよね」

見えない壁

初めての支援の場は、名古屋駅の人通りの多い地下道でした。地下道を縦に区切り、左側でホームレスが炊き出しを待って佇んだりしゃがんだりしています。右側の一般の行人は一様に顔をふせ、まるで絶対に左側のホームレスを見ないと決心しているように足早に通り過ぎました。

左右の間には、目には見えませんが壁がありました。

時に壁が壊され、行人が左側にツバを吐いたり怒号を浴びせたりしました。また別のときには心配するようにホームレスの事情を尋ねて来る人もいました。丁寧に現状を説明すると、壁がすこし薄くなったように感じました。稀に直接ホームレスと話す行人もいましたが、やはり壁の右、一般の側に立ち壁を挟んで話をしていたと思います。

それに対して支援者は壁の左、ホームレスの側に立ち世界を覗いていました。右側から覗くのはまるで違いました。ただ普段は右側の人と同じ生活をしているので一般的な心情もわかりました。左側からあらためて客観視すると下を向き心を閉ざしていた自分も見えてきました。

今は相談員として、どの立ち位置で電話を掛けてくる人の話を聴くかということを考えています。

相談員の立ち位置

- 「相談員になるということは、苦しむ人を見て見ぬふりはせず話を聴くことでしょ。それはできてるかな」
- 「それと、一般の社会の側から壁をへだてて話を聴くのではなく、壁を乗り越えて話す方の側で話を聴くのも心がけてますね」
- 「そう、だから一般社会の価値観によるアドバイスができないんだよね」
- 「苦しむ人の側で同じ景色をみながら話を聴いていると、苦しみの解決や判断じゃなくてつらさがそのまま直に聴こえますよね」
- 「辛い人にとって側に誰かがいてくれる。その誰かに話しかける。それだけで、すこしホッとできる。そんな位置に立ちたいと思う」

話をすることで微笑む

当時の私は、主な活動として夜間パトロールをしてました。夜、ホームレスのところを訪ね、病気や死にかけている人がいないか見て回ることです。

寝ていない人には「大丈夫ですか？」と声を掛け確認しました。たまに話し込むこともありましたが。そんなとき「過去の出来事は訊いてはいけない」と支援の先輩から言われてました。もちろん先輩から言われるまでもなく訊けません。仮に聞いても絶句して終わるでしょう。初対面ならなおさらです。

でも何度も訪問し顔見知りになるうちに、非常に重い「路上生活に至る事情」を、涙を浮かべながら話してくれる人もいました。

私はただ頷いて聴くことしかできませんでしたが、やがてその方が笑顔を見せられたり前向きなことを言われたりすることはありました。

私に向かって話しているうちに自分自身で何かを見出し、自分で自分の在り方に還っていかれるという感じでした。

今考えると、これが傾聴だったのかなと思います。

相談員の感謝

- 「電話で話される相談は繊細ですよ。ほんとに他者に話すには勇気と信頼が必要じゃないのかな。信頼関係を築くのは時間も必要ですよ」
- 「辛い思いをしている人は他者を信頼することも難しいかもしれません。でも、いのちの電話へは、相談員を信頼することを前提に掛けてくれているんですよ」
- 「電話をかける人にとって相談員は「知らない人」だから話せるということもあるんじゃないでしょうか？」
- 「確かにそうですね。ただ、”話せてよかった”となるか、”話さなければよかった”になるかは、その電話のなかで信頼関係が築けるか否かもあるでしょう」
- 「電話の向こうから“話せてよかった”という思いは伝わってきますよね。また、実際にそう言葉にして伝えてくれる方もみえます。信頼して電話をしてくれることに感謝し、またその信頼に応えようと思います」

その苦しみはあなたのせいじゃない

当時ホームレスは働きたくない人が好きでやっている、と言う人がいました。絶対にいないとはいませんが、私が支援をしていた10年弱ではいませんでした。路上生活は、好きでやるには過酷すぎる環境です。

ではどうしてホームレスになるのか？その当時は日雇労働者という不安定な職業の果てが主な理由でした。社会のなかで必要とされ集められた日雇労働ですが、労働災害にも保障はなく使い捨て状態でした。その時々々の仕事量によって雇用人数がきまる「景気の調整弁」などとよばれていました。不景気になったり雨が続くだけで仕事が得られませんでした。

日雇労働者のほかに社会的に差別されていた人が流れ着いたり、軽度の知的障害者のホームレスもいました。

その後は、リーマンショックによってサラリーマンが路上に放り出されたり、就職氷河期の若者が漫画喫茶に寝泊まりしたり、今ならコロナ禍で生活を追われた人もいられるかもしれません。突然の災害や時代の流れ、またその時々々の社会システムの狭間に落ちた人といえるかもしれません。残念ながら、必ずそうした人々がいるという「勝ち負け」「自己責任」ベースの社会システムがあることは否めません。

ですが、ホームレスのなかには、ただ「自分が悪い」という人が多かったのも事実です。私たちは、そうではない、と話していました。と同時に、ここで起きていることは別の世界のことではなく、私たちの社会での出来事と考えました。私たちに「支援という意識」がなかったのも、自分のことであると確認していたからです。

これと同じことが電話相談でもいえると考えます。電話相談でメンタルの疾患を訴える人はどうでしょう？たとえば会社でのハラスメントは、自分のせいでしょうか？それで孤立を強いられるのは、個々の責任でしょうか？“私”と関係ない社会といえるでしょうか。

相談員の思い

- 「電話で話をする人・話を聴く相談員という関係のまえに、どちらもこの社会のなかの一人ですね。だから私は自分も住む社会のなかの苦しみやつらさとして話を聴いています」
- 「苦しみの原因は、たまたま電話をかけ訴える人の身の上におきたのですが、すこし何が違ってれば私（相談員）に起きたことかもしれませんよね」
- 「そうそう、だからそこでおきる苦しみやつらさを、他人事として見ないふりをするのではなく、壁の向こう側からアドバイスするのでもなく、同じ社会に住む者として隣に居て話を聴きたいと思うんだよね」
- 「実際に社会システムの狭間にはまってしまっただけで、すぐに解決するのは難しいです。それでも隣にたつことはできると考えています。実際には、ただ話を聴くだけになるかもしれませんが、同じ社会に住む一人として話して欲しいですね」
- 「そう、そしていつか、話せる、聴けるといった信頼がもてる関係が、電話だけでなく生活の中の身近な人々に広がることを想像しています。」
- 「なんだかジョンレノンの“imagine”みたいだなあ、つい“いのちの電話”に電話をかける必要がない社会を想像してしまいます」
- 「それは理想論的すぎるかな？そこまで言ってしまうとちょっと違和感も感じますけど・・・」
- 「いろいろな相談員がいて、それぞれの思いで受話器をとっているのが“いのちの電話”かもしれません」
- 「でも、今、電話の向こうで辛い思いをされている方の側に立ち話を聴く、ということは相談員共通の思いですね」

社会福祉法人 愛知いのちの電話協会



名古屋いのちの電話

<http://www.nagoya-inochi.jp/>

「生きてほしい—『いのちの電話』活動のルーツ」

学校法人 金城学院学院長 金城学院大学 学長 小室 尚子
愛知いのちの電話協会 評議員



2022年、新しい一年の活動が始まりました。コロナ禍が形を変えながらまだ続いております。その中で、医療に従事する方々とはまた違った面からの活動ですが、「いのちの電話」の活動も、ますます必要とされています。今号では、あらためてその活動のルーツに目を向けたいと思います。

皆さんは、ここに掲載させていただいた絵をご存じでしょうか。これは、ゴッホが描いた「善きサマリア人のたとえ」というタイトルの作品です。何をしているところか、と言えば、一人のサマリア人が、追いはぎに襲われて瀕死の状態の人を助けて、自分のロバに乗せようとしているところです。

これは、2千年前にイエス・キリストが語られた有名なたとえ話の一場面です。そしてこの話が「いのちの電話」の活動の発端になったのです。新約聖書のルカによる福音書10章に収められている「善いサマリア人」の話です。その話を要約しましょう。

ある日、一人の旧約聖書の教えの専門家が、イエスに尋ねました。「何をしたら、永遠の命を受けられましょうか」。イエスは、「あなたは教えをどのように学んでいるのか」と問われます。専門家は即座に「神を愛し、隣人を愛することです」と優等生の答えをします。イエスは「ではそれを実行しなさい」と応じられました。するとその人は、「ではわたしの隣人とは誰のことですか」と訊き返します。「善いサマリア人」の話は、そこでイエスが語られたたとえ話です。

エルサレムからエリコに下って行く道のりは、とても険しい渓谷地帯です。曲がりくねった崖淵の

細い道が続き、足を踏み外せば崖下に落ちてしまうようなところで、しばしば追いはぎが通行人を襲うことがありました。

さてそこに追いはぎに襲われて人が倒れていました。その人の側を、初めに祭司（聖職者）、次に同じく神殿で奉仕をしてきた人が通りかかりました。が、彼らはその人を見ると、道の向こう側を通っていきました。彼らは、倒れている人に気付かなかったのではありません。また細い渓谷道での「向こう側」ですから、その人を「わざと避けて」通り過ぎたのです。神の教えをどのように聴いてきたのでしょうか。教えが全く心に届いていませんでした。

三人目に通りかかったサマリア人は、祭司達ユダヤ人から軽蔑されていた人ですが、その人を見ると、普段の民族的不和のことも忘れて、憐れに思い、その人を必死に助けようとなりました。お金も労力も惜しまず捧げて、自分にできる限りのことをしました。

民族的に言えば、瀕死の人の隣人は、明らかに祭司達でした。サマリア人は、どう考えても、三人の中で最も遠い存在でした。しかしこの最も遠い存在であったサマリア人が、倒れている人の隣人になりました。

「隣人とはだれですか」と訪ねた律法の専門家に対してキリストは、「誰が隣人になったと思うか」と問うています。大事なのは、自分が進み出て「隣人になる」ことなのです。キリストは、最後にこう言われました。「あなたも行って、同じようにしなさい」。「いのちの電話」の活動は、この教えを実践しようとするところから始まったのです。



「善きサマリア人のたとえ」 ゴッホ

寄稿

若者の自殺対策

愛知県精神保健福祉センター 所長 藤城 聡



新型コロナウイルスが猛威を振るった2020年は、自殺者数が11年ぶりに増加に転じました。特に女性と若者の自殺が増えたことに注目が集まっています。令和3年版自殺対策白書では、児童・生徒の自殺は、新型コロナウイルスの感染拡大防止のための休校や、その影響による夏休みの短縮など学校の運営状況の変化との関連が指摘されています。

その一方、若者の自殺者数は実は2016年頃よりすでに増加傾向にあったことは、報道の中で埋もれ気味になっている感が否めません。わが国における自殺対策は、従来、中高年の男性をターゲットに展開されてきたと言われ、着実にその効果も表れているものの、残念ながら若者の自殺対策に関しては後手に回っていたということでしょう。2016年の自殺対策基本法の改正を受けた新自殺総合対策大綱（2017年閣議決定）では、子ども・若者の自殺対策の更なる推進がうたわれ、各学校での取り組みが始まっています。

文部科学省が推進している自殺予防教育の標語に「き・よ・う・し・つ（教室）」というものがあります。それぞれ、「気づいて」、「寄り添い」、「受け止め」、「信頼できる大人に」、「つなげよう」の頭文字をとったものです。児童生徒は自殺を考えるようなつらい状況になった時に大人に相談する

のではなく、友達に相談することが多いと言われ、その時相談を受けた児童生徒の対応の仕方を示したものです。私たち大人の役割は子どものSOSを否定せずに、耳を傾け、受け止める信頼できる大人になることでしょう。

上の対応は自殺の危険が特に高いときの危機介入と言われるものですが、大人になってからの自殺のリスクを下げることを視野に入れた対策も必要です。他人に助けを求める力を身につける、いわゆる「SOSの出し方教育」もその一つと言ってよいでしょう。また、精神疾患、自殺未遂や自傷行為、虐待、性的指向、ドロップアウトなどリスク因子に注意し、適切な対応をとることも必要です。

昨今は電話で話した経験がないだけでなく、Eメールも利用したことがない若者も多いと聞きます。対面以外のコミュニケーションの手段はLINEやTwitterなどのSNS（ソーシャル・ネットワークワーキング・サービス）がほとんどだということです。愛知県精神保健福祉センターにも若者からの電話相談はほとんどありません。対応する私たちも若者にとってハードルが低い相談ツールを活用する必要に迫られていると言えるかもしれません。実際に利用する若者たちの声を聞きながら、工夫を重ねていくことが求められています。

- (1) 法人賛助会員（年間1口）A 20万円・B 10万円・C 5万円
- (2) 個人賛助会員（年間1口）A 10,000円・B 5,000円・C 3,000円
- (3) 一般寄付を随時受け付けております。
- (4) 夏季及び歳末・クリスマスの特別寄付を随時受け付けております。

口座名 : 社会福祉法人 愛知いのちの電話協会

銀行口座番号 : 三菱UFJ銀行大津町支店(普) 0477029

郵便振替口座 : 00810-8-53758

寄付金は、社会福祉法人として税法上優遇措置が受けられます。

毎年、ご寄付を続けていただける賛助会員を募集しています。ご協力をよろしくお願いたします。年間の賛助会費や一般寄付を随時受け付けておりますので、振込用紙を同封させていただきます。（除く 法人賛助会員）

賛助会員コーナー・リレーメッセージ

泓 昂温さん（「FUCHITEI」店主）からのリレー

「生かされた意味とは？」

阿部建設株式会社 代表取締役社長 阿部 一雄

私は、明治38年創業の老舗工務店の五代目として、仕事も家庭にも恵まれ、充実した毎日を送っていました。しかし20年前の38歳の時、趣味のオートバイレース中の事故で脊髄損傷を負い、これまでの生活が一変し車いす生活者となりました。それまで、謙虚に生きてきたつもりでしたが「神様からのげんこつ」だったのでしょう。

厳しいリハビリに取り組みながら、生かされた意味を自ら問い続けた末、私を支えてくれた「家族や社員、医療関係者に恩返ししたい」と考えるようになりました。それから間も無く、建築士であり工務店の社長として、高齢者や障がい者など弱者と呼ばれる方々が暮らしやすく、快適に生きるための住環境を整えることができる「車いすの一級建築士」として生きる決意をし現在に至ります。

私は、今、どんな姿であっても、人は生きていれば自分のできる範囲で人の役に立つことができると思っています。なぜなら、「車いすの一級建築士」として生きる

決意をしてからも、日々生かされた意味を考えない日はないなか、かけられたあ言葉がきっかけで気づかされたのです。

私と同じようにバイク事故に遭い、息子さんを亡くされたお母様にお会いする機会がありました。そしてその方は私の姿を見るなり「失礼だけど、あなたのような体になっても、息子には生きていて欲しかった・・・」と。

誰もが何のために生きるのか？生きている意味はあるのか？などと自問自答することがあると思います。そんな時は、まずは自分を支えてくれている身近な人たちの思い浮かべてください。きっとあなたは、その人たちの「いのち」を支える存在であることにちがいません。



トピックス 愛知いのちの電話協会 キワニス社会公益賞受賞

2021年7月16日「愛知いのちの電話協会」は、名古屋キワニスクラブより「キワニス社会公益賞」を受賞しました。キワニスクラブは民間の奉仕団



中央右側 賞状を持つ榊理事長

体で、広く世界中で活動を行う団体です。「社会公益賞」は、名古屋キワニスクラブ最大の社会奉仕事業に位置づけられ、立派なオリジナルの表彰状には、「貴法人は様々な問題を抱え、孤独と不安に悩み、生きる力を失いかけている人々に、電話での対話によって自ら生きる意欲を取り戻すことができるよう、休みなく献身的にサポートされています。」と記されています。

贈呈式には、榊直樹理事長と加藤明宏事務局長が参加し、キワニスクラブ会長 徳岡重信氏（当時）より、榊理事長が表彰状と副賞を受け取りました。当日の様子は名古屋テレビ局や中日新聞、読売新聞、中部経済新聞でも報道されました。

ご援助
ありがとう
ございます

2021年7月1日から2022年1月31日までに下記の方々から温かいご支援をいただきました。一同、深く感謝いたしますと共にご報告を申し上げます。(順不同・敬称略)
なお、上記期間内に何度もご支援くださった方もお名前は1回にさせていただきます。

社会福祉法人 愛知いのちの電話協会 財務委員会

法人賛助会員

Table listing corporate sponsors such as 株式会社アイシン, 天野エンザイム株式会社, 株式会社大林組, etc.

賛助会員 A

Table listing individual donors under category A, including 飯尾 啓子, 岩田 久夫, 上蘭 民子, etc.

賛助会員 B

Table listing individual donors under category B, including 安藤 泰江, 伊藤 まり子, 今枝 靖夫, etc.

賛助会員 C

Table listing individual donors under category C, including 飯塚 悦子, 井坂津 矢子, 石原 頼子, etc.

寄付協力団体

Table listing groups that donated, such as 日本基督教団 愛知西地区教会婦人会連合, カトリック 聖霊奉侍布教修道女会, etc.

寄付・個人

Table listing individual donors, including アイワタカユキ, 有水 純子, 飯田 吉平, etc.

協力団体(クリスマス募金・歳末募金)

Table listing groups that donated for Christmas and year-end fundraising, including 日本キリスト教団 熱田教会 めぐみ会, 日本聖公会 一宮聖光教会, etc.

寄付・個人(クリスマス募金・歳末募金)

Table listing individual donors for Christmas and year-end fundraising, including 相川 久幸, 青木 栄一, 浅井 裕己, etc.