

神戸いのちの電話

社会福祉法人 神戸いのちの電話



私にできることは
小さなことでも
感謝して
できたら
大きなことだ
まっとう



《小さな実 くみ》

「怒りから救われた私」

神戸いのちの電話 研修委員 宮川 数 君



昨年の秋、私は69歳の誕生日を迎えた。その時は「来年の誕生日で70歳か」と少しの驚きでしかなかった。今年になって、著名人の訃報を伝えるニュースが幾つかあり、彼らは80歳を越えていず、72歳あるいは76歳という年齢であり、いずれも私の片手もしくは両手で数えることができることに驚いた。もう少し見えない先のことと思っていたのだが、具体的にその数を実感するようになった。

先日、ベッドに入ってから寝付けず、台所に行き、少し後ろめたさを感じながら、ウイスキーの水割りを作り飲んだ。実は、医師からはお酒を控えるようにといわれており、金曜日をワインの日と決めて、他の日々のお酒は控えているのだが、この夜は、金曜日ではなかったのだが「まあいいか」と一杯のウイスキーを楽しんだのである。

気持のよいアルコールの感覚を感じながらベッドに戻った。そして目を閉じて眠気を待ちながら、私の残りの年数を指を折りながら数えようとしていた。そして、その時が来た時にどのような言葉を子どもたちにかけるのだろうかと思い浮かべていた。

私は3人の子どもに恵まれた。長女は39歳で3人の子どもがいる。長男は34歳で独身であるが、一人前の社会人になっている。3人目の末の子は30歳で、可愛い女の子の父親となった。子どもの年齢が5歳4歳と離れているので、それぞれが一人っ子のようにして育った。

ベッドのなかで、彼らにかける言葉を思い浮かべた。最初に浮かんできたのは長女の顔である。大人しくミサが終わるのを待っている彼女の姿が思い浮かんできた。

私たち家族は彼女を乳児の時から、毎日曜日もしくは土曜日のミサに連れて行き、お聖堂みどうの最前列の

ひざま 跪ひざまずき台にチョココンと座らせていた。ほとんどの子どもたちはミサの迷惑にならないようにと、泣き部屋とも呼ばれていた脇聖堂でミサに与かるのが私の教会の習慣となっていた。私の場合は、子どもを脇聖堂には連れて行かず、司祭の動きが間近に見える聖堂の最前列に娘を座らせていた。彼女はぐずりもせず、大人しく座っていた。私の目に浮かんできたのは、ミサが終わるのを待っている彼女であった。

大人になってからの彼女は、ミサに行くこともまれとなり、結婚してからは、夫となった男性が信徒ではなかったこともあり、今はミサには与かることもなくなっている。

そんな彼女にかける言葉として、マリアに対する祈りが浮かんできた。

「めでたし、せいりょうみ聖せいりょうみ寵せいりょうみ充せいりょうみち満せいりょうみてるマリア」と続き「罪人なるわれらのために、今も臨終の時も祈り給え」で終わる短い祈りである。

神学的には正しくないように思うが、カトリック教会においては、マリアに対する想いがことさら強く、本来キリストに帰属するはずの、無条件の愛を母性的なマリアに重ねて、マリアに深い親しみを抱いている。何故、この祈りが浮かんできたのか分からない。この祈りをつぶやきながら「あの最前列に座っていた娘を、あなたの記憶のなかに留めておいて欲しい」という気持ちが私の中にあつたように思う。

次に、長女と5歳離れた長男の顔とともに、思い浮かんできたのは、幼い頃の彼と遊んでいる私と彼であった。幼稚園？いや小学校の低学年の頃であつただろうか、家族で瀬戸内海の小島のキャンプ場に出かけた時のことである。車の入らないキャンプ場のため、人は少なかった。砂浜から離れた所に磯があり、そこの岩陰で小さなサザエを見つけた。丁寧に探す

と、大きな岩陰の深い所に大きなサザエが見えた。何度か潜ってそのサザエを採ろうとしたのだが、潜りきれずにいた。彼も潜水に挑戦していた。そこで、まず彼に潜らせて、私は彼の背中を足で押さえつけ、深みに沈めてそのサザエを採ることに成功したのである。この他にも楽しい時間をいろいろと想い浮かべることができた。彼がいたおかげで、私自身も子どもになって遊んでいたのである。

私は、彼にかける言葉を想い浮かべた「純ちゃん有り難うね」(彼の名は純太郎)であった。最期にかける言葉としては、生きるための励みになる言葉を探るのが親らしいのかもしれないが、一緒になって遊んだ時間のことばかりが想い浮かぶのである。もちろん彼にも反抗期もあった。夕方になり私が仕事から帰宅してみると、廊下の壁に握り拳より大きい穴があいていた。母親に「この穴はどうしたのか」と尋ねたところ、彼が母親に反抗して、壁を蹴ったとのこと。すると思いかげず、ポコッと音をたてて壁が抜け穴があいたとのことであった。我が家の石膏ボードでできた壁のもろさに驚きもしたが、とりあえず、星野富弘の詩画のカレンダーでその穴をかくすことにした。修理をするまでの数年間、毎年12月の末になると、星野富弘の新しいカレンダーに掛け替えられた。それを買い換えるのは彼の役割であった。

3番目の男の子には、どのような言葉をかけようか、想い浮かべた。最初に浮かんできたのは謝罪の言葉であった。「良いお父さんではなくてごめんね」と。

私は長年、自分のなかの怒りの感情の表現、私のなかに住む怒りの感情のコントロールに苦しんでいた。特に彼の最も感じやすい時期にそれは顕著だった。些細なことで怒りを覚え、その様な些細なことに怒る自分自身に軽蔑を覚え、またふさぎ込んでしまう

ことの繰り返しであった。その頃の私の中には怒りたがっているもうひとりの私が住んでいた。それはいつも出口を探していた。そして些細なことを切っ掛けにして、突然、極端な形容であるが、その出口からおどろおどろしい怒ったもうひとつの私が出てくるのであった。それは突然現れ、私は突然無口になり、表情はなくなり、私の周囲を凍らすのであった。周りの者は、息を潜めるように私から目をそらした。家族がそんな私に向かって、「化け物、引っ込んでしまえ」と怒鳴ってくれていたら、その怒りは恥ずかしそうに消えていったかもしれないが、周囲はただ息を潜めるばかりであった。家族全員がこの私の被害者であったはずであるが、何故か末の彼をひどく傷つけたことが脳裏に浮かぶのである。

この末の子が中学2・3年であったと思うが、この時期、仕事関係で疲れ果て、私は抑うつ状態に陥り、知人の精神科クリニックに助けを求めた。そこで抗うつ剤が処方され、嘘のように気分が軽くなった。それは爽やかな季節のなかで散歩をしているような気持であった。同時にあのどうにもならない怒りから解放された私があった。長年私を悩ましてきた怒りの感情が消えていったのである。私のなかに優しさが戻ってきた。ちょうどそのクリニックに通い始めた時に、末の子が子猫を連れてきて、飼ってもよいかと頼んできた時と重なっている。だから子どもたちは、「猫がお父さんを優しくしてくれた」と思っている。その猫はすでに17歳と高齢である。もう少し早くに抗うつ剤の助けを借りていたならば、家族にとっても私にとっても、もっと良い時間が過ごせたのにと悔やまれる。

ベルゼブルと鬼六

— 不安からの解放 —



神戸YMCA理事長
関西学院大学神学部教授
中道基夫

聖書の中には、悪霊、悪魔と呼ばれるものが登場してきます。そして、それらにはベルゼブルとかレギオンという名前が付けられています。神話的な表現であり、実際にそういうものが存在するとは信じがたいです。

ただ、わたしたちは何か訳の分からないものに苦しめられることは確かにあります。何か分からないけれど、心の中にあるモヤモヤやイライラ、不安、怖れ、何か黒くて重いものに支配されたような感覚を抱くことがあります。そして、そのような感情が体調不良をもたらしたり、自分自身や人を傷つけたりします。それが、悪霊や悪魔の仕業であるとはいませんが、その不快なものの正体はいったい何なのかを知ることはとても重要なことではないでしょうか。

たとえば、わたしはかつてなぜか体が重い、疲れる、痩せてくるという経験をしたことがあります。マッサージに行っても、岩盤浴に行っても、治らないので、医者に行ったところ甲状腺の病気であることが分かり、難しい漢字の病名を与えられました。自分を苦しめる得体の知れないものの正体分かり、その原因であるとか、対処法、治療法が分かり、それに向かい合い、対応していくことができました。

わたしたちは、現代においても、何か訳の分からないものに苦しめられることがあります。そのわけの分からない存在に名前が与えられ、自分と分離できたときに、闘う相手として対象化し、対応することができます。聖書の中に登場する悪霊や悪魔も、その存在の有無よりも、そのような名前が付けられ、闘う相手として対象化されていることが重要なのだと思います。そして、その存在がはっきりしたときに、悪霊払いや悪魔払いがなされているのも、理解できるのではないのでしょうか。

日本にも、「大工と鬼六」という昔話があります。ある流れの早い川があり、何度橋を架けても押し流されてしまいます。ある大工がどうやってその川に橋を架け

ようかと悩んでいたときに、鬼が現れ、橋を架けてやるからおまえの目玉をよこせと迫ってきました。次の朝、大工がその川に行ってみると、立派な橋が半分できていました。次の日には、完成していました。そして鬼は、「お前の目玉はもらうぞ。ただし、俺の名前がわかったら勘弁してやろう」と条件を出してきました。その次の日、大工は、こどもたちが歌う童歌からヒントを得て、「鬼六」と名前を言い当てると、その大きな鬼は真っ黒なかたまりのようになって、淵の底へ消えていったというお話です。この物語でも、鬼の名前を言い当てることが解決の大きな力となっています。

現代も、多くの人が様々な悪霊や悪魔に悩まされています。そして、その悪霊や悪魔は、現代では、「いじめ」「セクシュアルハラスメント」「パワーハラスメント」「モラルハラスメント」「DV」「〇〇差別」「(すり込まれた)劣等感や罪意識」等という名前を持っています。そのどれもが、かつては名前がついておらず、自分を苦しめる訳の分からないものとして存在していました。そして、その苦しさは本当は外の力によるものであったにもかかわらず、自分自身を責め、自分に原因があると思っていたり、「あなたが悪い」と思わされていたことはなかったでしょうか。

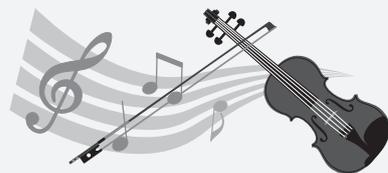
ここ数十年振り返っただけでも、これまで名前がついていなかったものに段々と名前がつき始めています。また、これまで名前がついていても、それが偏見に満ちた差別的な表現であったために、むしろその人を苦しめていたこともありました。正しい名前が必要です。そして、昔は奇妙なもの、恐ろしいものとして遠ざけていたものが、正しい名前が与えられることによって理解し、受け入れられるようになってきました。

いのちの電話のことを十分に知っているわけではありませんが、その相談業務は、お受けした内容を分析して、それに名前を付けることではないと思います。ただ、相談者がいのちの電話を通して、自分の問題を自分の外に出して、対象化できるということは、重要なことではないでしょうか。また、名前のない得体の知れない力から、また押しつけられた差別的な名前から人々を解放することも、その使命であるように思います。

ご 案 内

イベント「川畠成道ヴァイオリンコンサート」

日 時：2017年8月31日(木) 19:00開演(18:30開場)
 会 場：兵庫県立芸術文化センター 神戸女学院小ホール
 出 演：川畠 成道(ヴァイオリン)
 佐藤 勝重(ピアノ)
 チケット代金：3,000円(全席自由席)



※入場申込、チケット購入方法等についてはHP・チラシをご覧ください

ご支援有難うございました

2016年10月から2017年3月までに、会費・寄付を頂いた皆様のお名前です。(敬称略・順不同)

《維持会費》

青木しほ子	青山 暁	赤松 彰子	赤本 公孝	阿部 元則	岡田 弘子	岡村佳代子
井出富光子	井芹 史子	大川 裕子	太田やよい	大林 富雄	神阪 直子	杉本 和俊
荻原 邦子	長内 靖子	坂井 晶子	金森 純子	金田美恵子	佐藤 久子	徳重 光彦
近藤伊津子	名田 敦子	武内 朗子	佐久間初江	雀部 明子	牧志 博子	三井勢津子
首藤 恭子	保科 英美	野坂 弘子	竹森 勝彦	橋本 裕美	古川 一郎	山口 照美
堀 笙子	野澤太一郎	松下 光子				
いずみハートクリニック	泉 和秀			田中神経科クリニック	田中 博文	

《賛助会費》

浅野神経内科クリニック 浅野 達蔵	ことしろクリニック 印部 亮助
医療法人社団東峰会関西青少年サナトリウム	医療法人社団福島神経科クリニック 福島 正人
兵庫県精神神経科診療所協会	花田神経内科クリニック 花田 進
医療法人尚生会湊川病院内事務局	永安心療クリニック 永安 茂雄
片岡医院 片岡 徳内	宮脇テル子

《寄付金》

太田 仁美	木村 暉美	坏 光子	小川 幸子	熊谷 郁子	辻井 陽子	竹内 静子
武内 朗子	塚本 哲夫	本城 智子	川北 道子	上田 秀子	占部 太	中村 昭子
中村 三郎	新野幸次郎	宮崎久美子	橋本 絵里	笥 雅典	片倉佐知子	片山 高寿
橋本 一豊	戸田 洋子	長尾 文雄	宮本 和子	和田 義次		
森田 喜基(頌栄短大)		関西学院宗教活動委員会		日本キリスト教団神戸栄光教会		
日本キリスト教団伊丹教会女性会		日本キリスト教団甲南教会壮年会		日本キリスト教団神戸教会		
日本キリスト教団神戸聖愛教会女性会		日本キリスト教団神戸多聞教会		日本キリスト教団神戸平安教会		
日本キリスト教団主恩教会		日本キリスト教団夙川東教会		日本キリスト教団須磨教会		
日本基督教団鈴蘭台教会女性の会		日本キリスト教団宝塚教会		近畿中部ブロック会議一同		
神戸松蔭女子学院大学		社福)神戸聖隷福祉事業団		日本キリスト教団神戸東部教会		
神戸ポートワイズメンズクラブ		神戸ワイズメンズクラブメネット会		公益財団法人神戸YWCA		
在日大韓キリスト教神戸教会		カトリック鈴蘭台教会		青山学院女子短期大学同窓会		
イエス・キリスト教団御影福音教会		日本キリスト教会西宮中央教会		兵庫教区女性委員会Aブロック		
波多腰心療クリニック 波多腰正隆		やまもと心療内科 山本 博一		藤井 美和(関西学院大学)		

※◎匿名希望の方、本法人の役員、研修委員、現相談員の名前は掲載しておりません。ご了承ください。

◎本年5月末より個人情報保護法が改正されますが、今後も支援者のお名前は掲載していこうと考えております。ご意見等ございましたら、事務局までお知らせください。

— 雑 感 —



維持会員

宮 田 満 雄

古い話で恐縮ですが、ある時関西学院中学部の「甲麓」という生徒会雑誌が届きました。その中にインドを訪問した生徒の感想文がのっていました。中学部ではインドのある村に井戸を掘るため募金をしたのですが、その後、お金を送るだけではなく自分達も直接行って井戸を掘ろうという生徒達の発案がきっかけになり、1983年からインド親善旅行を行っていたのです。感性豊かな男子中学生達の率直な感想には感慨深いものがありました。

インドの貧しさについての感想、自分達の支援で井戸を持つようになった村を訪問した時の感想等々。ある生徒は「その村の人はみんな幸せのようであった。たとえ生活の

レベルが低く、僕らの文明からはほど遠いところにいたとしても、僕ら以上に楽しく幸せそうにしているのは素晴らしいと思った。多分僕はその村のことを絶対忘れないと思う。あの村の文化がいくら発達しても今のような幸せが続いてほしいと思う。やっぱりインドはいい国だ。もう一度行きたい」と書いていました。

その感想文が書かれた頃、神戸ではすでにいのちの電話の働きが始まっており、当時年間13,000件程の受信があり、その内300件近くが自殺を考えている人からのものであったと記録にあります。「豊かな社会」が標榜され、生活のスタイルも近代化して人間の生活は快適になった筈ですが、さまざまな問題を抱え、思い悩む人の数は減ることはありません。そしてこれらの人々からの密かな声を聴く受け皿としてのいのちの電話の必要性が増すことを考えますと複雑な気持ちになります。人間の幸せは必ずしも物質的な豊かさのみに支えられるものではないことを痛感します。人生を考えるについての視点をどこに求めるべきか、私達が悩むところです。これが病める社会に生きる私達の宿命でしょうか。

いのちの電話と関わって

私は公開講座を受講した後、初めて自分史を書き、応募しました。50人近くの仲間がいたのです。私の人生において色々な事がありました。当番に入った時、不思議と同じ悩みを持った方とお話することになり、助けて頂いた気持ちになりました。お互いに、助け合えたのでしょう。これって、ピアカウンセリング?と思いながら、聴かせて頂きました。

まだ68年の人生だけれど、楽しい事、辛い事いっぱいありました。精神科の看護師をしていたので、人の人生を知ることも多かったし、当番に入ってもこんな方もおられるのだと、その気持ちに共感し涙を流したこともありました。

「変えようのない人生、生きて行くしかない人生」があって、「お互い助け合って支え合いながら生きて行くのが人間かな」と、思っています。今も電話を受けたときは、一期一会、同じ話も、何度も聴かせていただき、辛い話もいっぱい聴かせて頂いて、その方が、出し切った時そこから、その方の人生かもしれません。次の電話を受ける時は、自分を平常心に戻して、気分を変えてから、お話を聴かせて頂きます。私も助けて頂いているからと、これからも相談員を続けたいと思っています。今私があるのは、研修委員の先生方に育てていただき、相談員のみなさんに支えて頂いたおかげです。感謝です。 (R.S.)

いいものは時代をこえて生き続けます

ゴーフル[®]

神戸風月堂

Since 1897

サニイ ヨーフル

本社 神戸市中央区元町通3丁目3-10 TEL(078)321-5555

URL <http://www.kobe-fugetsudo.co.jp>

おかげさまで
120
anniversary
創業明治30年

90
年
GOUFURU
1928-2018

海の幸

高嶋酒類食品株式会社

碍子等電気絶縁物 及び
モールド・トランス等の卸売

〒658-0044
神戸市東灘区御影塚町3丁目9番18号
東光碍子株式会社
取締役社長 濱 浩一



社会福祉法人 光朔会

<http://www.olympia.or.jp/>
(078)221-7098

特別養護老人ホーム オリンピア
グループホーム オリンピア灘
高齢者総合福祉施設 オリンピア兵庫
高齢者総合福祉施設 オリンピア神戸西
サービス付き高齢者向け住宅 オリンピア鶴甲
グループホーム オリンピア篠原
オリンピア都保育園
オリンピア神戸北保育園
障害者就労支援センター オリンピア岩屋
発達障害者サポートセンター オリンピア住吉
神戸市立都児童館
居宅介護支援事業所 オリンピア明石
居宅介護支援事業所 オリンピア呉

すべての「いのち」が光り輝くことを願って

公益財団法人

神戸YMCA

〒650-0001 神戸市中央区加納町2-7-11
電話 078-241-7201(代表) FAX 078-241-7479
<http://www.kobeymca.org>

安全運転・快適な車内空間を
ご提供いたします!
夜間・早朝も対応します(事前予約要)
介護タクシー
ますらお

丈夫かい

山本 常雄
予約電話 090-3943-0110

「ワタシたち マイク回 バブル入浴組」
マイクロバブルトルネード
Science

HDC神戸ショールーム3Fで
ご自由に体験ください

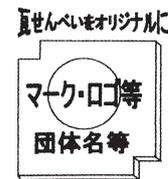
神戸販売代理店 小倉サンダイン株式会社
お問い合わせ 078-332-2101
<http://micro-bubble-tornado.com>
<http://www.ogura-sundine.com>

58年の信頼と実績

大阪ガスサービスショップくらしプラス
株式会社ライフライン

台所・お風呂(水廻り)のリフォームから
手すり・バリアフリー工事等の介護リフォームまで
ライフラインにお任せ下さい!
住まいの快適を環境に適した提案で実現いたします。

神戸市東灘区住吉南町3丁目2番23号
 0120-26-4919
Tel.078-845-2171



オリジナルせんべいをお作り致します。
記念品・贈答品等に最適です。
お気軽にご相談ください。

神戸市東灘区 長瀬2-1-10の北側

創業明治6年

亀井堂總本店

神戸・元町

Tel.(078)351-0001
www.kameido.co.jp

木村 歯科

〒651-0087 神戸市中央区御幸通8丁目1-6
神戸国際会館13F
☎078-251-1823



高級奈良漬

甲南漬

キリスト教精神に基づき、誠心・誠意・ご奉仕します。
介護保険の申請代行、ケアプランの作成、成年後見など
福祉でお困りのこと、まずお電話下さい。

ベテルおおた介護保険事務所
ベテルおおた社会福祉士事務所
社会福祉士・ケアマネージャー 大田 厚三郎
(日本基督教団神戸栄光教会会員・元西宮市役所職員)

〒655-0895 神戸市垂水区坂上1丁目2-19-103
携帯 090-9112-6357 FAX 078-755-5261



駅弁は、日本の心

淡路屋

弁当のご予約・配達承ります。
☎078-431-1682



甲南女子大学

KONAN WOMEN'S UNIVERSITY

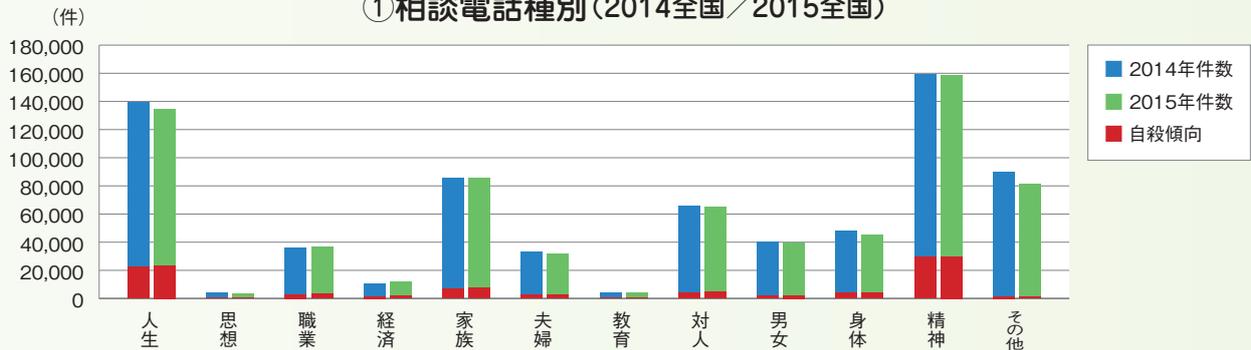
〒658-0001 兵庫県神戸市東灘区森北町6-2-23
TEL 078-413-3130
URL <http://www.konan-wu.ac.jp>

私たちは
神戸いのちの電話を応援しています

「神戸いのちの電話」統計報告

～内容別の受信件数と自殺傾向の割合 全国のいのちの電話と神戸いのちの電話との比較～

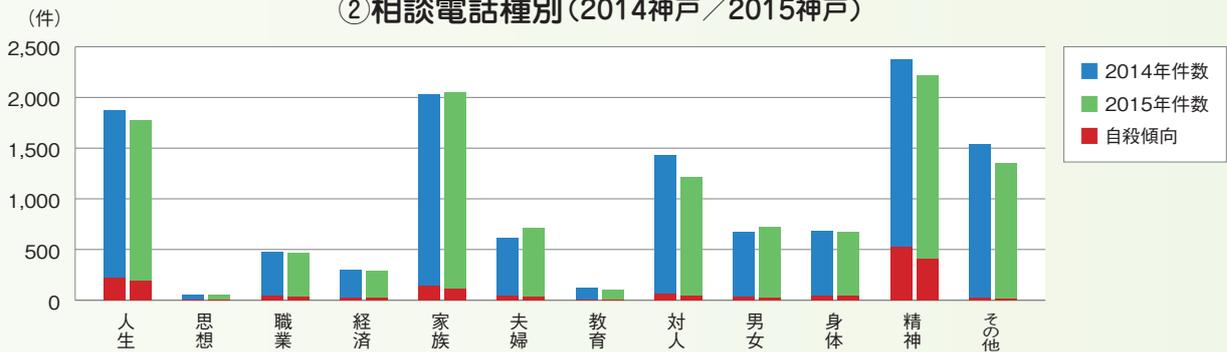
①相談電話種別(2014全国/2015全国)



(1) 内容別の受信件数と自殺傾向の割合(全国)

ここ数年自殺者は減少傾向にある。これは様々な取り組みが功を奏した結果と考えられる。今回は直近の2年間の全国と神戸の比較を行った。上記のグラフ①は、全国のいのちの電話の2014年(左)と2015年(右)の総受信件数を内容(どのような悩みか)ごとに並べ、その内の自殺傾向(自殺に結びつく)を赤く色分けして示している。若干の件数の変化はあるが、上位4つの内容(精神、人生、家族、対人)に大きな変化は無く、自殺傾向も件数と共に精神と人生が多い。

②相談電話種別(2014神戸/2015神戸)



(2) 内容別の受信件数と自殺傾向の割合(神戸)

上記のグラフ②は、(1)と同じ方法で、神戸のいのちの電話の2014年(左)と2015年(右)の総受信件数を内容ごとに並べ、その内の自殺傾向を赤く色分けして示している。全国の数字と比較すると、内容で全国3位の家族が神戸では2位である(上位の4つは全国と同じであるが)。自殺傾向を見てみると、件数では3位の人生が全国と同様に2位となっている。

(3) まとめ

結論としては、人生と家族についての順位が逆転しているものの、全国と神戸のほとんど差が無いことがわかる。近年話題になっているハラスメント⇒対人が比較的少なく、学校でのいじめ⇒教育の数字が非常に少ないことは全国共通である。このことはそれぞれの専門の相談電話が有効に機能している結果とも考えられる。

編集後記

二番目に言いたいことしか／人には言えない／一番目に言いたいことが／言えないもどかしさに耐えられないから／絵を書くのかも知れない／うたをうたうのかも知れない／それが言えるような気がして／人が恋しいのかも知れない(星野富弘) 電話のブースでは、十番目に言いたいことをも聴き逃さないよう、心がけていきたいと思います。今年度、星野さんの詩画を、表紙に掲載させて頂く事になり、感謝致します。(M.K.)

広報紙 神戸いのちの電話
 発行日 2017年6月
 発行 社会福祉法人 神戸いのちの電話
 発行人 理事長 水野 雄二
 編集 神戸いのちの電話広報委員会
 〒650-8691 神戸支店郵便私書箱1103号
 Tel 078-371-4405 Fax 078-371-4355
 E-mail kind4343@viola.ocn.ne.jp
 ホームページ <http://kobe-life-port.org>