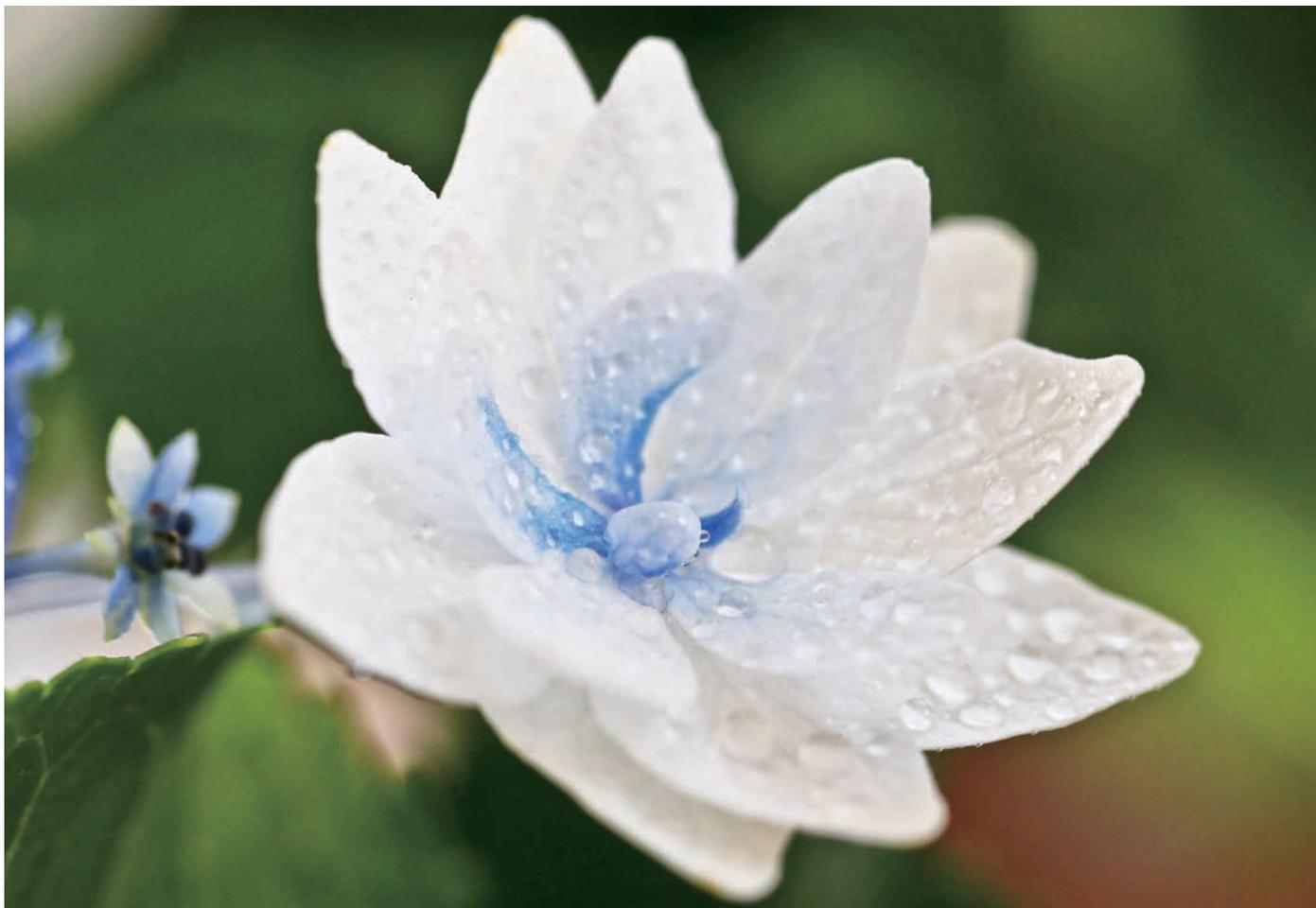


神戸いのちの電話

社会福祉法人 神戸いのちの電話



「八重咲のガクアジサイ『墨田の花火』」

撮影：片柳弘史氏

したいし ふけつ 四耐四不訣

「耐冷、耐苦、耐煩、耐閑、
不激、不躁、不競、不随、可以為大事」

(冷に耐え、苦に耐え、煩に耐え、閑に耐え、
激せず、躁がず、競わず、随わらず^{したが}以って大事をなすべし)

そう かくはん
曾 国藩 (中国／清代末期／軍人・政治家)

「ひきこもり家族交流会」に参加して

神戸いのちの電話 研修委員 西尾 多賀子

普段は、精神科病院に勤務している私ですが、週に一回、保健所に出掛けています。病院と同様、臨床心理士として、「こころの健康相談窓口」に来られる方とお会いしているのですが、それ以外に、「ひきこもり」といわれる方を対象とした事業で、そのご家族が集い、日頃思っていること、感じていることを、話し合い共有する場「家族交流会」に参加しています。

こもっているご本人は、外にまだ出ていないので、ご家族のみ参加というケースから、本人も来所し、家族も交流会に参加、というケースもあり様々です。二ヶ月に一回の集いですが、10名以上は参加され、予定の2時間がアツという間に過ぎてゆきます。

保健所のスタッフが、進行役とはなっていますが、ほとんどご家族の発言が中心で、言葉を挟む余地はありません。日々の子供の生活振り、関心の矛先、お小遣い事情、家族との会話の様子が、話題の中心となります。

全く家族と接触を持とうとしないタイプから、食事だけは共にするも、ほとんど会話のないタイプ、家族と外食は出来る人、自分1人で気儘な外出はする人、自分の趣味に関する事なら、何処へでも出かけられる人、本当に様々なのです。

共通するのは、家族以外の対人関係は、確実に避けていること、関わりの場からは、必ず退いてしまふところでしょうか。

交流会の最初の頃は、子供や自分自身のことを語るだけで精一杯だったように思うのですが、徐々に、他の家族への関心や仲間意識が芽生え、お互いのキャッチボールが見られるようになってきます。ひきこもるご本人の状況に、変わりはないの

ですけれど、ご家族が心を許し合い、共感し合っていく様子を、目のあたりにしています。また、ご家族同志が、問いかけ合う場面にも出会います。「お小遣いは、どうしてる?」に対して「働いていないから、とは思うけど、お小遣いは渡している。」「金額は?」「必要な時に渡す。」「月1回、決めて渡す。」等々、色々なご家族がいらっやいます。最終的に、ご本人と相談して決められたら良いのでしょうか、経験的にですが、「特に欲しいものがないから、要らない。」「暖房・冷房は、電気代がかかるから、我慢する。」といった消極的な声が多いように思います。もっと我儘にならないと、前向きなパワーは、生み出せないと思うのですが…。

でも、このように、それぞれのご家族が、疑問に感じていることを、投げかけ合えるようになってきます。言葉のキャッチボールだけですが、実感から放たれる言葉は、深く伝わり、刻みこまれていきます。お互いの中に染み渡った感情を持ち帰り、次回迄に温めたり、自問自答したり、の繰り返しだと思います。

でも、そんな日々でも、ご家族は、自分の楽しみや趣味、外に向けての活動を見出し、気持の切り替えを重ねることが、不可欠です。子供を家に残し、自分だけが楽しんではいけけないのでは、との声を耳にしますが、是非切り離して欲しいと思います。

自分と子供は、やはり、別の人格です。子供を信頼し、自分のペースで生活してこそ子供は、安心してひきこもってられるように思います。十分にひきこもり、それまで感じてきた挫折感や劣等感が、ご家族の中に居て、少しずつ癒えてきてこそ、外向きになれるように感じます。とても時間と根気のい

ること、焦っても甲斐のないことです。

また、ご一緒させて頂いていて、時折感ずるのですが、「早く、社会に出て欲しい。」「働いて欲しい。」と仰るご家族が、ご本人が少し外に出ようとすると、意に反して、抵抗を示し消極的になられることが、とても不思議です。子供が一人立ちし、自立していくと、自分が取り残されてしまう、今までのバランスが崩れてしまうことを危惧するのでしょうか。勿論、この矛盾は、無意識からのこと。取り残されることへの淋しさ、不安なのかもしれません。

こうした矛盾に気付き、内省したり意識化することが大切とは思いますが、大変難しいことです。ご家族が、その淋しさや矛盾を乗り越えられた時、状況に変化が見られるのかもしれません。

淋しさや不安を感じる一方、そうした子供と付き合い、頑張っている自分の姿勢が変わってしまうことにも、どこか慎重になっているのかもしれない、と感ずることも時にあります。頑張れている自分を自負しているのでは、とも思えてもくるのです。でも、どのご家族も、一生懸命に向き合っているらっしゃるのは、事実です。

また、交流会を重ねてきていつも思うのですが、ご家族が、経験から得た実感こそ、かけがえのない真実ですのに、学問的・理論的な情報を求め続け、体験の積み重ねが後回しになるご家族が多いことです。

お互いに、気持ちを吐き出すことで、継続のパワーやエネルギーが生み出される、それ自体が素晴らしいことだと思いますのに、いつも知的な拠り所を求められるのです。

ひきこもっている方が、一歩歩き出されるには、

本当に時間がかかり、ご家族も疲弊してきますが、集いの場で、お互いの状況や思いを共有することで、必ず向き合っていけると思います。

知識や理論も勿論大切ですが、今、その時の気持ちを受け止め、共振れすることがどれだけ出来るか、そのことが自身の成長に繋がると感じています。

これは、電話相談とも、共通することではないでしょうか。

直接の問題解決にはならなくとも、分かり合える相手が居ると、パワーになります。

コーラーと、一瞬一瞬を共にして、感じ合うことが、相談員の役割です。ただ、その時に、自分自身が、ずっしりと受け止めたものを、持ち帰らずにその場に置いていけるよう、周囲の仲間と心通い合わせて、軽やかに日常に戻れるよう、心掛けていきたいといつも思います。



「微笑みの国」の福祉に出会う

神戸いのちの電話 理事長

水野 雄二



昨年11月末の一週間、私は、理事長を務める社会福祉法人神戸聖隷福祉事業団の職員のための海外研修を引率して、タイのチェンマイに出かけておりました。社会福祉の先進国でもないタイに何を学びに行ったのかと訝しがられる方もおられるかもしれません。確かに日本の社会福祉の制度や施設や設備などの方が随分先に進んでいますし、逆にタイが日本に学んでいるのではないかと思います。やはり日本の社会福祉法人は、研修先としては福祉先進国のスウェーデンやデンマークなどの北欧諸国や北米を選んでいるようです。

私がタイを研修先に選んだ理由は、「にもかかわらず」ということですが、進んでいないからこそ「人が人を支える」「人が人に仕える」という支援のハート、マインド、ミッションというようなことに学ぶべきことがあるのではないかとこの仮説からでした。

8か所の施設などを訪問し、見学と説明を受ける中で感じたことは、日本にもかつてあったのではないかと感じる相互扶助の仕組みとマインドが生きているということでした。日本のような制度や施設や設備がないけれど、ないが故に、家族が、親族が、地域が、宗教(主に仏教)が、弱い人々を支えている現場がありました。そして、それは決して一方的な支援ではなく、双方向の支援であることを知りました。人は誰でも弱くなる、小さくなる、できたことができなくなる。それをお互いに助け合う人たちに出会うことができました。支えることは支えられること、仕えることは仕えられることでもあったのです。

ある身体障害者の入所施設を訪ねた時、下半身不随の中年男性に会いました。彼は成人になってから事故のために車椅子生活を余儀なくされていますが、もともと工作が器用で、なんとバイクを改造して自分が乗ってどこにでも出かけてしまうのだと聞かされました。えっ、それ、見せてくださいよ! と、見せてもらった改造バイクに驚きました。バイクのサイドカーのようにリヤカーのような荷台をバイクにくっつけ、そこに車椅子ごと乗り込んで、更にそのリヤカーにバイクのハンドル部分を移してしまっただけです。彼はリヤカーの上に車椅子ごと乗り込んで、ハンドルを握るわけですが、そして見事にバイクを運転して、町まで出かけるということでした。それって道路交通法違反じゃないんですか? はい、そうですけ

ど、タイでは警察も黙認しているんです。へえ?! ということでした。日本では高いお金を出せば、立派な障害者用の自動車があって、車椅子も一緒に格納してくれ、どこにでも行くことができます。タイではそのような車を買うことができませんが、この男性のように創意工夫と彼を支える人たちのおかげで、彼は生き生きと満面に笑みを浮かべて、誇らしげに私たちに説明してくれ、試乗もさせてくれました。事故に遭って、下半身不随になった時は、生きる力も失せた人生だったのではないかと推察しますが、自ら製作した改造バイクを誇る彼からは生きる力の漲りを感じさせられました。



タイ語に「マイペンライ」という言葉があります。タイで日常的によく使われる言葉ですが、その言葉にタイ人の気質や価値観が表れていると言われます。その意味は「問題ないよ、大丈夫ですよ」ということで、No problem! OK, OK! It's alright! というような時に使います。タイという国は「微笑みの国」と呼ばれるように、多くの人が穏やかで優しいのですが、この「マイペンライ」という言葉にも含まれる懐の深さやおおらかさが特徴です。

今回の研修で出会った障害者や高齢者、また貧困に苦しむ人たちへの眼差しに、「お互い様だよ、大丈夫だよ、マイペンライ、マイペンライ」という思いが込められているように感じました。そして、そのことこそ、私がこの研修で職員に感じてほしかった社会福祉制度を超えた福祉のマインドであったのかと今思っているのです。神戸いのちの電話の運営にも、タイのような制度を超えたマイペンライのマインドが必要かと思っています。

お 願 い

財 政 支 援

私たちの活動は皆様からの寄付、会費によって賄われております。同封の「資金ボランティアになってください」のパンフレット(郵便振込の用紙になっています)にありますように、是非資金面でのご協力をお願い致します。また不定期ですが、講演会やコンサートも実施しています。ホームページをご覧ください、ご協力頂ければと存じます。

人 的 支 援

私たちの活動の柱はボランティア相談員による電話相談です。相談員が増えれば、相談員一人一人の負担も減り、また未だ達成できていない24時間化(眠らずに深夜でも電話を聴く)へも近づくことができます。ただ相談員には1年半の養成講座を受講し、相談員に適していると認定されることが必要です。厳しい道のりですが、是非チャレンジしてみてください。詳しくはホームページをご覧ください。

ご支援有難うございました

2017年10月から2018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》

赤松 彰子	阿部 元則	井芹 史子	岡田 弘子	井出富光子	川島 玉子	北野 暁子	大川 裕子
太田やよい	岡田 長保	坂井 晶子	荻原 邦子	笹部 康子	佐藤智恵子	熊井 伸子	島田 恒
近藤伊津子	首藤 恭子	砂川 郁子	曾木 公子	高谷 晋介	嶋崎 敬子	戸田 達男	杉本 和俊
戸田 洋子	永江 健	橋本 正晴	中村 昭子	田中 享之	西田 真司	戸田 博	橋本 和子
橋本 裕美	松下 光子	吉池 新二	名田 敦子	三井勢津子	野坂 弘子	堀 笙子	山下 良子
山本 常雄	和田 孫博	早野美智子	四津谷 薫	保科 英美	山崎 勝	いずみハートクリニック	泉 和秀

《賛助会費》

平本医院 平本 憲孝	京谷医院 京谷 泰明	神戸市精神障害者家族連合会 小川 正
ことしるクリニック 印部 亮助	片岡医院 片岡 徳内	生活協同組合コープこうべ地域活動推進部
兵庫県精神神経科診療所協会	医療法人社団福島神経科クリニック	福島 正人

《寄付金》

右立ます江	片山 誠一	占部 太	石川 明子	落合 弘	坂手 節子	坂井 晶子	笥 雅典
市原 公子	勝部 桂子	太田 仁美	黒田真知子	西村 尚美	松山 郁子	熊谷 郁子	竹内 静子
川北 道子	W.M.エルダー	新野幸次郎	藤尾 益也	高木 潤子	中村 三郎	肥田 陽子	阪本 寛之
辻井 陽子	佐藤 久子	後藤八重子	瀧川 博司	西村 雅代	本城 智子	水野 ミツ	山田 達造
和田 俊子	渡辺恵美子	和田 孫博	山本 緑	山下 良子	吉田 鈴子	坪 光子	
日本キリスト教団主恩教会		日本キリスト教団神戸平安教会			日本キリスト教団鈴蘭台教会女性会		
日本キリスト教団宝塚教会		日本キリスト教団神戸東部教会			日本キリスト教団伊丹教会女性会		
日本キリスト教団須磨教会		日本キリスト教団神戸栄光教会			日本キリスト教団神戸聖愛教会女性会		
日本キリスト教団御影教会		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Aブロック女性会		
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			日本キリスト教団甲南教会壮年会		
日本キリスト教団北六甲教会		日本キリスト教団夙川東教会			日本キリスト教団西神美賀多台教会		
在日大韓キリスト教神戸教会		グレイス神戸ミッションチャーチ			イエス・キリスト教団御影福音教会		
カトリック鈴蘭台教会		夙川カトリック教会			青山学院女子短期大学同窓会		
頌栄短期大学宗教部		関西学院宗教活動委員会			神戸ポートワイズメンズクラブ		
村田建設株式会社		公益財団法人神戸YWCA			(社福) 神戸聖隷福祉事業団		
新谷クリニック 新谷 猛		かねだ診療クリニック 金田 弘幸			医療法人社団池永クリニック 池永 雅彦		
中山神経内科 中山 幸平		やまもと心療内科 山本 博一			波多腰心療クリニック 波多腰正隆		
株式会社R・Ys瞬美瘦 田中 恵美		一般財団法人敬愛まちづくり財団					

※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。

※昨年より個人情報保護法が改正されましたが、今後も支援者のお名前は掲載させて頂きたいと考えております。ご意見等がございましたら、事務局までお知らせください。

神戸いのちの電話 相談電話 ☎078-371-4343

平日	8:30~20:30
土曜、第2・4金曜	8:30~翌日8:30 (祝日の時 8:30~16:00/20:30~翌日8:30)
日曜、祝日	8:30~16:00

自殺予防 いのちの電話フリーダイヤル ☎0120-783-556

毎月10日	8:00~翌日8:00 (24時間・無料)
-------	-----------------------



— 恩師のことば —

神戸いのちの電話後援会長

バンドー化学株式会社 名誉顧問

雀部 昌吾

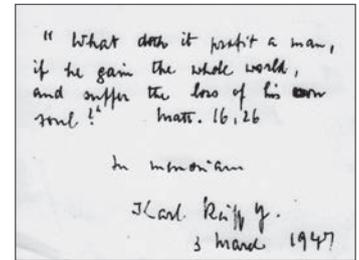
太平洋戦争に突入した翌年の昭和17年からの5年間、私は創立間もないカトリック系の六甲中学で学んだ。そこは先生の半数近くが外国人で、外国語はもとより、数学、物理といった教科も外国人教師が教えるといった当時も、今の制度から見ても珍しい学校であった。

外国人教師はすべてカトリック教会の神父で、家庭を持たないため校内の神父館と呼ばれるところで集団生活をされ、学校で教鞭をとられるかたわら、授業を終えるとこの神父館で生徒たちにカトリックの教理を説かれていた。入学したての私には外国人の先生が珍しく、好奇心も手伝ってか放課後によくこの神父館を訪れていた。

そこには館長であり、学校の副校長でもあったカール・ライフ神父という実にすばらしい方がおられた。通っているうちに、私はその神父の人柄にすっかり惹かれてしまった。神父は、常に生徒に心を配り、いつも心穏やかな優しい笑顔で私たちに話かけ、元気づけてくださった。その人間的な魅力と人種、宗教を超えた人間愛に触れ、大いに感化を受けたものだった。

いよいよ五年間の学業を終え、お別れの挨拶に行った時、卒業のお祝いにと、一枚の紙に短い文章を書いて私にくださった。そこに『人は、たとえ全世界を手に入れても、まことのこころを失うことになれば、何の得がありません』という聖書からのことばが書かれていた。

やがて、社会人になった私は、戦後の復興、成長、成熟期がむしゃらに生き、いつしか齢も重ねたが、今となっても、時折、恩師の温顔とことばがふと脳裏をかすめる。70年余も前に頂いたことばは、その正しい教義を本当に掘んでいないかも知れないが、あの多感な日々からの時空を超えた電話のように心に鳴り響き、師の人柄や、それにまつわる思い出までも鮮やかによみがえらせてくれる。



大切な気づき

誰かのために役に立ちたいと思い、「いのちの電話」の活動を始めました。これまでの私は、感情を表わすことが苦手で我慢強く、どちらかという聞き役に回ることが多く、心理学も学んだ経験がありませんでした。そんな私が、いざ相談を受ける側になってみると、話し手の心を聴くことがこんなに難しいことだとは思いませんでした。現実には戸惑うばかりでした。

我慢強い、ことで経験したことは、坐骨神経痛になった時のことです。そのうち治るだろうと、半年以上もそのままで過ごし、まだ続く痛みには耐えかね、ハリ治療へ。先生に「我慢強いですね、ここまで放っておくとは…」と感心される始末。又、家族に対してイライラした気持ちを、うまく伝えられず、その感情をいつまでも持ち続けてしまうこと。

我慢強く、溜め込んでしまう、私を再確認し、それは心体にも危機的状況になることがあると、学びを通して気づいたのです。大切な気づきでした。

今では、ここで出会えた仲間と話すことで、悩み、やゝ愚痴、の解消ができ、自分自身を見つめ直すきっかけができていますように感じています。

社会の中で、家庭の中で、人間理解を深め成長できることは、誰のためでもなく、自分のためになっていると感じています。感謝です。(S.D.)

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 ゴーフル
 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

1900
90
 年
 1910

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 オリンピア吳
グループホーム オリンピア長峰

みつかる。つながる。よくなっていく。

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

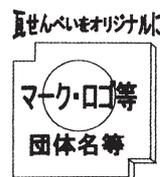
神戸販売代理店 小倉サンダイン株式会社
お問合わせ 078-332-2101
http://micro-bubble-tornado.com
http://www.ogura-sundine.com

60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 長崎町2-1-1
創業明治6年
亀井堂 総本店
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

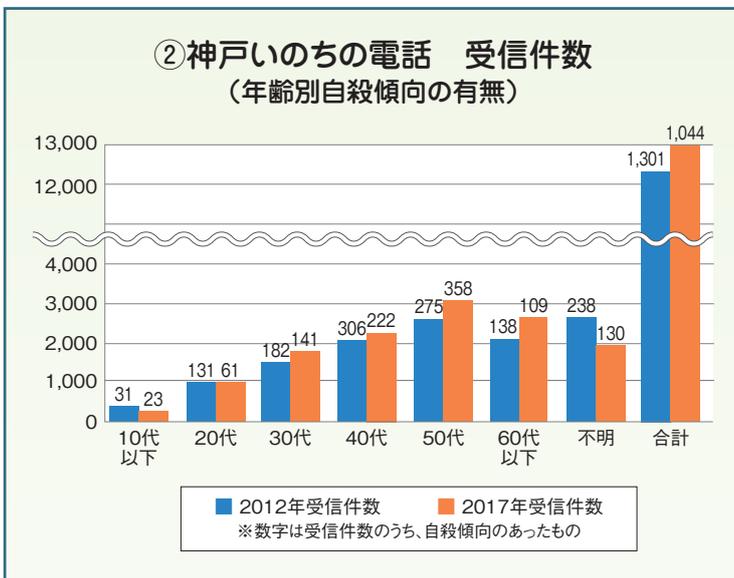
私たちは
神戸いのちの電話を応援しています

「神戸いのちの電話」統計報告

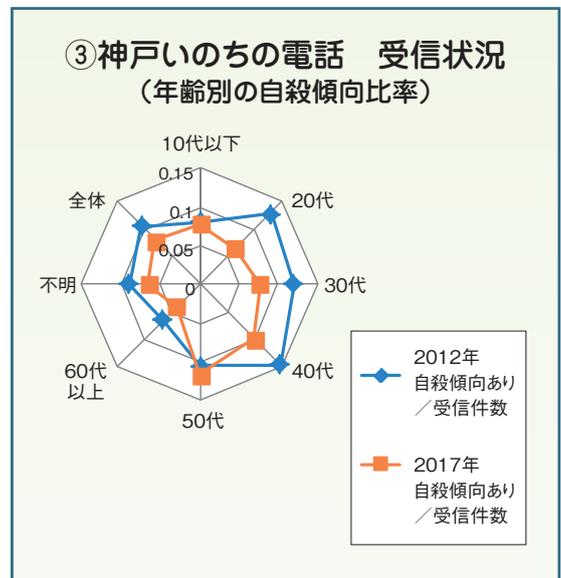
平成27年の厚生労働省の統計によれば、日本の15歳から34歳の若年層の死因の第1位は自殺である。



①この10年間で多くの世代の自殺者数が減少してきている。しかし、10歳代以下自殺者数は、増加の傾向にある。



②「神戸いのちの電話」の受信件数は、各世代において増加している。しかし、10代以下では減少している。



③自殺傾向の比率で考察すると、この5年間に他世代は減少している。しかし、10代以下と50代は減少に転じていない。

近年、人間関係を保つために電話を手段とする若者は少ない。そのなかで自殺念慮をかかえる若者は減っていない。

インターネットやSNSの発展があり、若者層は、電話という手段では外部と繋がれなくなっている。直接声を通して繋がることへの抵抗感が他世代に比べてあり「電話が苦手」という若者も増えてきている。今後「神戸いのちの電話」として「若者層にどう向き合おうのか」検討する必要性が出てくるだろう。

(統計小委員会)

編集後記 人生の始点・終点は数の中。人は「花の命は短くて苦しきことのみ多かりき」(林芙美子)、「智に働けば角が立つ。情に棹させば流される。意地を通せば窮屈だ。とかくに人の世は住みにくい」(漱石「草枕」)と云う。人生を歩むにつれ、挫折をし、苦しい時に出会った言葉に助けられる。どう折り合いを付けて生きようかと思ひ惑う貴方へ表紙の「四耐四不訣」を贈ります。
天を恨まず、世界に1つだけの花を咲かせてほしいと願いつつ。
(J.Y.)

広報紙 神戸いのちの電話
発行日 2018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