



社会福祉法人

熊本いのちの電話

KUMAMOTO INOCHINODENWA

通信 48号 平成26年3月

## いのちの電話と私



社会福祉法人 熊本いのちの電話

監事 草刈 昌志

(西日本電信電話㈱ 熊本支店 企画総務部長)

縁あって、熊本いのちの電話の監事に就任して、二年の月日が経とうとしています。就任前は、運営の内容も規模も知識は無く、一から勉強させていただきました。初めに、「熊本いのちの電話」に寄せられる相談の件数が、年間 15,000 件以上もあることに驚きました。この件数は、年々増加の傾向を辿った結果ではありますが、自分の想像とはかけ離れた数値でありました。もちろん、この数値が、悩んでいらっしゃる方の全てのものではないのですが、こんなにも多いという現実、驚きを感じました。

私は、情報通信サービスを提供する会社に勤務しておりますが、技術の進歩は便利さを追求する余り、使う人間のケアまでは及んでいないのではないかと心配しています。人間関係というものは、基本的には顔を合わせ、コミュニケーションをすることで築き上げるものですが、電子メールや SNS 等の「直接会うことなく情報をやり取りできる技術」が、無責任な出会いを生み、心ない言葉や、誹謗中傷で悩み苦しむ者を増やしているのではな

いかと、心を痛めることがあります。便利な道具や仕組みは、使う者がリスクをよく考え適切に使えば、とても有効なものとなるはずですが、そうではないことの方が多いように感じます。便利なものが、悲しい道具とならないように、基本となる人間関係を築いた後に、本当に信頼できる人と使っていただければと願うばかりです。

顔を合わせることがコミュニケーションの基本ではありますが、相談員の方々は、会ったことのない方からの相談を受けていただいています。相談する方は、会うことのない知らない相手だから思いの全てを話せるということもあるのですが、相談を受ける方は、言葉だけで心を読み取ることは難しくご苦労も多いのではないかと思います。相談員になるための養成講座や、多くの相談を受ける経験の中で培われるスキルによりその難しさを克服され、多くの方をご支援いただいていることに感謝すると共に、相談される方々が、一人でも多く、普通の毎日を過ごせるようになることをお祈りいたします。

相談電話 096・353・4343

熊本いのちの電話 自殺予防公開講演会  
2014年2月8日(土)

# 自殺の理解と対策

仁木先生は大型スクリーンに日本及び諸外国の自殺の現状と過去からの分析を細かくご説明になっております。

約300名の受講者を集め熊本市医師会館において後藤研修委員長を座長に進められました。冒頭、赤星副理事長の挨拶では熊本県における自殺率減少の報告と更なる電話相談活動の浸透を広めていきたい旨のおはなしがありました。

「自殺に追い込まれるのは『絶望感、孤独感』を感じ、一人っきりで耐えられなくなっている人、『生きる価値がない』と思っている人、その方々は絶望感を自らのなせることと自責して、怒りの鋒先を自分に向けてしまう。このままでは逃れられない、耐えられない痛みに絶望的な状況から直ちに逃れる手段として選択しようと企図してしまいます。そのとき踏みとどまって崖のふちに踏みとどまって、自分を客観的にとらえ、ほかに選択肢が必ずあることに気付き・辿ってほしい。そう言われて16個の辿れる因子をご説明になりました。その中のひとつに、すっかり自責的になっている自分の感情からの開放・ほんの少しの隙間からでもそれを見いだしてほしい旨の訴えがありました。







講師  
仁木 啓介 先生  
精神科医師

仁木先生は自傷行為についても「自分ではどうにもならない感情の自分での救済」であり、身体的には強くなく・致死率も高くないダメージで、不快感や居心地の悪さに襲われるとき、極めて反復されることが多いと解析しておられます。

これら、自殺企図と自傷行為に対して先生は適切な初期支援を提唱しておられます。メンタルヘルスファーストエイドと名付け、細かくご説明されました。問題を有する人へは初期支援がとても大切で、相談機関へのつなぎ、適切な治療、専門家への相談、自助グループへの参加など多くの手順があることが受講者へご説明になりました。

そして今、厚生労働省が勧めている「ゲートキーパー」について、仲間や家族の変化に気づき、話に耳を傾け、声をかけて見守り、次の段階へつなげる役割の人々を増やす活動についてお話しになりました。

最後に後藤座長から「今日の先生の自殺と自傷の心のメカニズムのお話を聞いて、ご自分のこと、他者のことの変化に気づいて頂きたい」と締めくくりがあり終演となりました。





詳しくは  
熊本のいのちの電話  検索

または、  
事務局  
TEL 096-354-4343 まで、  
お電話ください。

最近、ニュースを見ても、新聞をめくって見ても、暗い話題が目につくことが多くなってきたように感じます。

これらの影響があるのでしょうか。いのちの電話にも、さまざまな問題を抱えた方々からの、孤独や悲嘆の訴えが年々増えてきています。そんな生きづらいつの時代だからこそ、誰でも、いつでも、どこからでも、かけることのできる“眠らぬダイヤル”の必要性が強く求められているのです。

あなたも、この活動に参加しませんか？

熊本のいのちの電話では、その“眠らぬダイヤル”を第一線で支える電話相談のボランティアを、広く募集します。

## 30期生 修了式

3月4日(火) 熊本Y M C Aに於て30期生の修了式が行なわれました。修了式に臨んだのは30名。

福田理事長からお一人おひとりに修了証書が手渡されました。名前を呼ばれて修了証書を受け取る姿には緊張と同時に一年のプログラムを無事に終えた安堵の表情が伺われました。茶話会では、その緊張もほぐれ各テーブルで賑やかなおしゃべりと笑い声が・・・これからの一年先にも、この笑顔とお会いできますよう心から願っています。

※研修に進まれる方は27名



## 維持会費・賛助会費

維持会費・賛助会費をおよせ下さった方々

2013年11月1日～2014年3月10日

(敬称略・あいうえお順)

法人・団体の部			個人の部		
(医)愛育会 福田病院 福田 桐	熊本聖三一教会 熊本パレエ研究所	東京エレクトロン九州(株) 中村孝彦税理士事務所	荒木 孝憲 池田 幸藏 池田 菖子 入山 透 上田 昭八 緒方 喜六 川崎 良子 北里美知子 鴻江友紀子 郡山 和代 小佐井久美子	小林 幹穂 榊 龍盛 佐々木洋子 中村富貴子 野中千恵子 羽江 忠彦 原田 敬子 久野 啓介 開 由美子 広瀬美貴子 福田 秀雄	船本 満幸 古荘 紀代 前田 幸子 益田 典子 松村二美代 山下謙之介 匿名 2名
アーキ・リソース(株) 井上 聖也	伴 征子	中村 孝彦	(株)中山組 中山あさ子		
インマヌエル熊本キリスト教会 (株)上田商会 上田 隆利	熊本YWCA 健軍カトリック教会	日本基督教団熊本草葉町教会 日本キリスト教団錦ヶ丘教会	(株)みどりや 東 静一		
魚国総本社九州支社 オフィスムジカ 西嶋 公一 おむすび太郎 高口 恵子 九州電機工業(株) 熊本市キリスト教連合婦人会	(有)高翔 高口 裕之 国際ソロプチミスト熊本 (有)沢産業 黒沢真太郎 (有)三共建設 中野 博視 (株)たしろ住設 田代 貴久	(株)元田社会保険労務士事務所 元田 克秋 YMCAチャリティールゴルフ会			

※お茶、コーヒー等もありがとうございました。感謝をもって、ご報告させていただきます。

## 事務局日誌

平成24年11月～25年3月

25年11月	3日	研修担当者セミナー 名古屋 2名参加
	8日	定例運営委員会
	10日	熊本のいのちの電話 全体研修会
	24日	熊本市民ボランティア週間 バザー
12月	6日	通信47号発行
	13日	定例運営委員会
26年1月	10日	定例運営委員会
	31日	りんりん34号発行
2月	3日	熊本県自殺対策連絡協議会
	7日	熊本市自殺対策連絡協議会
	8日	自殺予防公開講演会 於 熊本市医師会館 演題「自殺の理解と対策」 講師 仁木啓介氏 精神科医師
	14日	定例運営委員会
	15～16日	養成講座一泊研修 阿蘇キャンプ
3月	4日	第30期養成講座 修了式
	14日	定例運営委員会
	24日	評議員会・理事会 平成26年度事業計画(案)予算(案)の審議 通信48号発行

毎月10日 フリーダイヤル(08:00～11日08:00まで)

## 編集後記

私たちの住むここ熊本には江戸時代の藩士が始めた“肥後六花”の栽培・観賞がその方々の末裔に引き継がれ、今も上品な美しさを誇っています。肥後菊・朝顔・芍薬・山茶花・椿・花菖蒲の六つの改良を重ねて特有种となった花を熊本城竹の丸でその折々に見せて頂けます。いのちの電話のベルは今日もなり続けています。いのちの底から湧き上がる思いを、ともにわかち合う真剣な相談員が待っていることを忘れないで、いっしょに暖かい灯火を守りましょうね。



社会福祉法人 熊本のいのちの電話  
事務局

〒860-8691 熊本中央郵便局私書箱155号  
TEL096-354-4343

発行人:福田 桐 編集:広報委員会

熊本のいのちの電話

検索