



社会福祉法人

熊本いのちの電話

KUMAMOTO INOCHINODENWA

通信 72号 令和4年4月



ポジティブネットのある 豊かな社会を目指して

熊本 YMCA
総主事
光永 尚生

プロフィール
1960年10月25日生(61歳)
熊本YMCA総主事
2012年 仙台YMCA総主事
2016年~2020年 日本YMCA研究所所長
2021年 日本YMCA同盟本部事務局長
// 8月~ 現職

熊本YMCA総主事の光永尚生と申します。YMCAは、1844年にイギリスのロンドンで産声を上げました。当時、産業革命の只中にあり、青少年の生活環境は困難を極め、多くの社会課題を抱えていました。その課題を解決すべく、YMCAは、12名の青年たちの祈りから始まった世界大の青少年団体です、熊本YMCAは、1876年熊本駅裏の花岡山で行われた「熊本バンド」を源流としており、1948年に「熊本YMCA」が誕生しました。熊本バンドから146年が経過してもなお、「熊本バンドに続くもの」としての自負を持ち、世界を見つめ、地域に生きる働きを目指して歩んでいます。

熊本YMCAは、「熊本YMCAの使命」を持ち、前文に「熊本バンドの精神をうけつぎ、イエス・キリストによって示された愛と奉仕のわざに励み、青少年の精神、知性、身体の調和のとれた全人的成長を願い、すべての人々がひとつとなるための働きを行います。」と謳っています。そして、その祈りを実現するために、「共に生きる社会」「地球環境の保全」「生涯学習の推進」「ウェルネス活動」「ボランティア活動」「平和な世界」を具体的に実践している団体です。

今、全国の35YMCAでは、中期計画として「ポジティブネットのある豊かな社会づくり」を標榜して、地域の団体の皆様との関係性の構築を更に図り、YMCAが社

会のプラットフォームとなる働きを目指しています。熊本地震の際、地域の皆様に加え全国や世界のYMCAのみならず、関係性のある他団体と行った協働は、そのような働きの中から実践されてきたもので本当に感謝でした。

熊本YMCAは、「熊本いのちの電話」の活動を、「共に生きる社会」への実践として捉え、職員による協力を行い施設の活用などでもしていただいております。

困難な時代にあつて、テクノロジーの進歩やAI技術の発展などありますが、私たちの生きる21世紀は、「人が中心の社会」であると考えています。現在の、新型コロナウイルス感染拡大の時代でも、私たちは、「離れていても、つながっている」ことを学ぶことができました。これは、私たちが、すべての人たちと共に生きる社会を実現するための、一里塚のようにも感じています。

私たちが、呼んでいる「ポジティブネットのある豊かな社会」とは何かを考え、理想を夢見て、「つながりと関わりを大切にする社会」を共に歩みながら創造できれば幸いです。

私たち同様に、「熊本いのちの電話」につながり、関わっていただける一人一人の賜物や働きが、「みんなのものが、ひとつとなる」ことを心よりお祈りしております。

通信72号 目次

巻頭言	P1	ゲートキーパー	P6
自殺予防公開講演会	P2	感謝報告	P7
座談会	P4	お知らせ	巻末



熊本いのちの電話
ホームページ

相談電話 096・353・4343

発達障害の理解

～生きづらさはどこからくるのか～



九州看護福祉大学

水間 宗幸 氏

プロフィール

1971年生まれ。1996年に愛知教育大学大学院障害児教育専攻修了。学生時代より発達障害を持つ子どもたちの家庭教師などを経験。1996年から宮崎医療管理専門学校介護福祉科専任教員を経て、1998年より九州看護福祉大学看護福祉学部社会福祉学科に所属。担当科目は「発達心理学」「特別支援教育総論」等。医療法人洗心会荒尾こころの郷病院非常勤心理士として、発達障害を持つ子どもや保護者を対象に、週1回の療育カウンセリングを担当。現在は、子どもをほめて楽しく育児ができる「ペアレント・プログラム」の普及を行っている。

「発達障害」ということばは、特別支援教育の広がりや社会的関心から、近年ではよく聞くことばになっています。しかし、きちんと理解できているかという点、なかなか理解することが難しい障害です。今日は、発達障害に対する理解とともに、どのような生きづらさを持っているのか、これに焦点を当てて、考えていきます。

1. 発達障害とは何か

日本における発達障害は、社会性や対人関係などに困難を持つ自閉スペクトラム症（ASD）、特定の学習の領域に苦手さを持つ特異的学習症（SLD）、注意集中することや落ち着きのなさを持つ注意欠如多動症（ADHD）の3つで定義されています。これらの障害は基本的には別々の障害ですが、多くの当事者はこれらを重複して持つことがほとんどです。発達障害を持つ人の割合は最低でも6.5%存在と言われていています。そしてその多くは、知的障害を伴いません。発達障害は先天的な脳の器質的な問題で、親のしつけなどが原因ではありません。逆に言うなら、親のしつけが悪いために、人と仲良くすることが難しかったり、字をきれいに書いたり、教室の中でうろうろしたりといったことが生じているわけではありません。彼らは基本的にはまじめで正直なひとたちです。友達と仲良くしたり、みんなと一緒に勉強したり

したいと考えていますが、どうしてもそれが上手にいかない、という困り感を持っています。しかし、見た目では障害を持っているということとは分かりません。これが彼らの大きな生きづらさのひとつとなります。

2. 発達障害と貧困の問題

コロナ禍において、貧困の問題はこれまでよりも、大きく注目されるようになりました。日本には生活保護の制度がありますが、その生活保護費を受けるだけでは生活が営めない人たちの保護施設として救護施設があります。救護施設とは「身体上又は精神上著しい障害があるために日常生活を営むことが困難な要保護者を入所させて、生活扶助を行うことを目的とする施設」（生活保護法第38条第2項）とされています。実は入所している方の実態把握が十分に行えていませんでした。またホームレス支援などを中心とした無料低額宿泊所の利用者も同様でした。これに対して、私も調査協力した辻井の調査研究（平成30年度厚生労働省社会福祉推進事業無料低額宿泊所等において日常生活上の支援を受ける必要がある利用者の支援ニーズ評定に関する調査研究事業）で明らかになったのは、このような施設を利用する人たちの約9割が適応行動（単独での日常生活に必要な能力）において支援が必要であること、半数以上

が軽度知的障害を持っていること、約25%が自閉スペクトラム症の可能性があること、約30%がADHDを持っている可能性があることなどが明らかになりました。また、このような貧困に陥るリスクは、発達障害+軽度知的障害のグループであり、次いで軽度知的障害、精神障害となっていることが明らかになりました。

3. 発達障害と二次障害

現在大人の発達障害当事者の多くは、何らかのいじめを受けたという経験を持つ人たちは多くみられます。いじめ被害だけではなく、彼らは日常生活の様々な場面で困難さを持ちます。それらの多くは、「普通にやっていたら失敗したり間違ったりしないこと」です。つまり発達障害当事者は、定型発達（発達障害などを持たない人）と比較すると日常的に様々な失敗を数多く経験します。周囲が十分にこのような特性を理解していないと、過剰な叱責、場合によっては体罰等を経験することにつながります。このような状態にあっては自己評価は非常に低くなり、自分はだめな人間だと感じるようになり、何をやってもうまくいかないから、努力しても無駄だという学習性無力感の状態になります。これはさらなる叱責などを引き起こすサイクルを生み出します。生まれつき脳の脆弱性（ストレス耐性が低い）が指摘されている発達障害当事者の二次障害は、このように生み出されます。そして二次障害の様相は様々で、暴力行為や違法行為を行う反社会的行動や、不登校・引きこもりといった非社会的行動、うつや不眠、神経症といった精神疾患など様々なものになります。

つまり発達障害当事者にとってメンタルヘルスの問題は、非常に重要な課題となるのです。また当事者と同時に、家族のメンタルヘルスも重要となります。時折報道される障害児の子殺しや心中などの事件は、子育ての困難さによって生じる保護者の生きづらさにつながるからにほかなりません。

4. 大人の発達障害

発達障害は、生まれてすぐに血液検査等で分かるものではありません。また知的に高い人たちもいるため、社会に出て初めて診断を受ける人たちもいます。少し前までは、発達障害は子どもの障

害だという認識の精神科医もいました。つまり大人の発達障害は存在しないと考えられていたのです。そのため就職してから仕事がうまくいかずに離職したり、休職したりする人たちも多かったです。これは現在でも変わりません。発達障害は「治る」ものではなく、うまくやり過ごす力を身に付けさせていくことが、「治療」です。日常生活や社会生活の中での苦手がどのよう形で表面化するのかが分かると、対応ができやすくなります。大人の発達障害の困り感の理解は、医療や福祉など適切な支援につなげることになり、結果としてその人の生きづらさを軽減させることになります。

5. まとめ

発達障害は、子育ての問題ではなく、生まれつきの障害です。自死に直結するものではありません。しかし、彼らを取り巻く環境によって、彼らは生活上の様々な困り感や生きづらさを持ちます。この結果、二次障害に発展して苦しむことや、就労上の問題に発展し、さらに追い詰められることにつながります。

近年は、特別支援教育の広がりや、発達障害者支援法等各種福祉制度の整備によって、以前に比べると、彼らへの支援は増えてきました。しかし未だに偏見や無理解による生きづらさは解消されたとは言えません。医療や教育、福祉の充実の一方で必要になってくるのは、社会的理解です。彼らの生きづらさを理解し適切な支援を提供することが、彼らの社会参加を促し、自己肯定感の回復にもつながります。そのためにも必要な第一歩は、正確な知識としての理解です。まずはここから始めてみましょう。



38期生

座談会

～ 1年間の養成講座を終えて～

熊本いのちの電話の相談員になるには1年間、座学を中心とした養成講座を受講したのち、1年間の研修を受け、最終的に認定をうける必要があります。2年目の研修は、先輩相談員とペアになって実際に電話を受け、後日対応や内容を検証し反省を共有します。

1年間の養成講座を終え、この春から実際に電話を受ける38期生3人にこの1年間を振り返って貰い、2年目への不安や疑問を先輩相談員に座談会形式でぶつけてもらいました。受け止めるのは相談員歴20年超、10年超、5年未満の3人をお願いしました。

○1年間の講座を受けてみて

地元紙を見て申し込んだ。
若い人と机を並べた1年間、
刺激になり楽しかった。

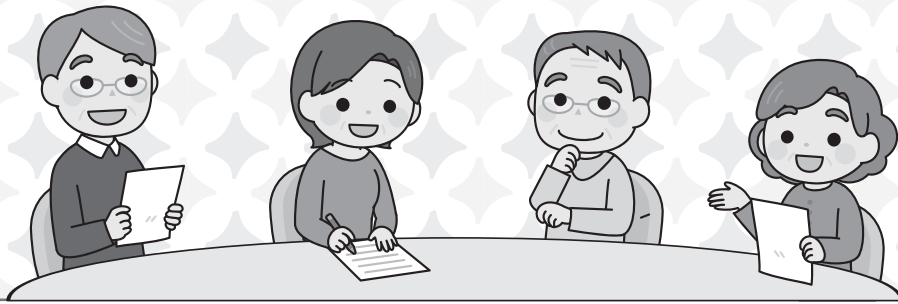
受講者には学生や昼間仕事を
している人が大勢いて感心し
た。自分はリタイヤ組だが楽
しく受講できた。

○講習で印象に残ったことは？

「聴く」ことの大変さ、
難しさを改めて知ること
になった。基本応答の大
切さを感じている。事務
局や先輩相談員の方々か
らの配慮や厚意が支えに
なった。

受講生は皆さん前向きな方々ばかりなので、
構えることなく一生懸命勉強できた。講座で
はグリーンケア（大切な命を亡くした悲しみ
で不安定な状態になった人へのケア）が印象
に残っている。

発達障がいへの自分の
認識不足を痛感した。



○2年目の研修にあたって 不安なことは

これから実際に電話をとることになる。うまく対応ができずに切られてしまうこともあるかもしれない。その時どのようにきもちを切り替えれば良いのか。

先輩
相談員

電話が繋がるのは一期一会、簡単にはいかない。ベテランでも上手くいかないことがある。傾聴の基本に立ち返って真摯に耳を傾けることが大事。後悔をもったまま次の電話に向かうのは良くない。ちゃんと休憩してリフレッシュすることも大事。一緒に当番に入る先輩に話をするのも良い。

対話の途中に良い「言葉」が出てくるか、言語化できるのか非常に不安。

先輩
相談員

あんまり気にしすぎないように。言語化にこだわりすぎて、傾聴の姿勢が崩れてしまう方が心配。掛け手の話を丁寧に聴けば生まれてくる言葉もある。掛け手の声色、息遣い、沈黙、に想像力を働かせることも大事。

相談員を長く続ける秘訣は？

先輩
相談員

「無理をしないこと」が大事、負担にならないようにすること。最初から長距離走の気持ちで取り組んで欲しい。他の相談員との交流が励みになることもある。志同じくして研修を共にした同期の存在も大きい。

約1時間半の座談会でしたが、38期生の参加者には有意義な時間になったようでした。しかしながら、コロナの影響で養成講座の多くがリモート開催、リアルでの講座の際も、会話は少なめにとこれまでの講座とは少し違う形になってしまっている研修生。同期の関係づくりは簡単にいかないように感じました。2年目の研修に進んだ人数はここ数年で最も多く、かかる期待も大きな38期生です。来年の認定にむかって先輩相談員としてしっかりサポートしていきたい。一緒に電話の向こうの掛けての声に耳を傾けましょう。と思うのでした。

(非営利型)一般社団法人 九州ゲートキーパー普及協会について

代表理事 河原京子

日本国内における自殺の状況は、このコロナ禍にあり大変憂慮すべき状況です。自殺の背景には様々な要因があり、多くの人が自殺危機のリスクを抱えています。少しでも自殺者数を減らすべく、私達は自殺予防に取り組まなければなりません。

自殺予防には、社会や人々に対する様々な働きかけがありますが、自殺予防のゲートキーパー（門番）とは、地域の中で自殺を考えている人に出会ったとき、サインに気づき、自殺を防ぐ初期介入をする大切な役割を果たす人のことで、直接働きかけ、必要な支援につないでいきます。知識の理解と危機にある人への適切な対応のスキルを身につけ、実際に行動することができるゲートキーパーを社会に養成し普及する必要があります。

私達は、広く人々に対してゲートキーパーの養成を行い、ゲートキーパーを普及させることによって自殺予防に取り組み、一人でも命が救える様、地域社会の健全な発展と福祉の増進に寄与することを目的として、平成28年3月1日に設立いたしました。

ゲートキーパーの養成事業につきましては、東京都三鷹市にあるルーテル学院大学内の自殺危機初期介入スキル研究会が開発した『自殺危機初期介入スキルワークショップ』を行っております。このワークショップは、実際の場面で初期介入をする具体的なスキルを身につける内容となっており、ルーテル学院大学の自殺危機初期介入スキル研究会より講師の先生をお招きして当協会の認定講師と共に定員20名でワークショップを開催しています。

ワークショップは7つのセッションからなり、グループでの討議や作業、DVD視聴やロールプレイでの演習など、朝から夕方まで7時間30分の一日の研修になりますが、その内容は非常に密度の濃い、とても具体的、実践的なものであります。皆様方にも是非受講していただけたらと思います。

ワークショップを九州の各地域で開催するにあたっては、費用がなるべく掛からないよう努力しております。ルーテル学院大学では有償での開催ですが、全国から東京に参加者が集まりますので、九州に住んでいても全く同じものが、交通費もあまり掛からず無償に近い形で提供されることは、ゲートキーパーの普及を後押しし自殺者数減少に貢献するものと考えております。ワークショップ開催にあたりましては、自殺予防に取り組む行政・民間が一体となって連携し多方面の方々に参画していただけるようお願い申し上げます。

最後になりますが、私自身は夫を亡くした自死遺族ですので夫のサインに気付かなかった反省からこの活動を始めました。ゲートキーパーのことを知識として知っていたならば結果が違っていただけたかもしれないからです。同じ苦しい思いをする人が出ないように、一人でも二人でも命が救えるよう、ゲートキーパー普及のため地道にワークショップを開催していこうと思っております。熊本いのちの電話様には当協会を紹介する機会を与您にいただきましたことに深く感謝申し上げます、(非営利型)一般社団法人九州ゲートキーパー普及協会の紹介といたします。



ご支援ありがとうございます

熊本いのちの電話は多くの皆様に支えられています。感謝をもってご報告させていただきます。

寄付感謝報告

(令和3年12月1日～令和4年3月15日までにご確認出来た方)

法人・団体の部

(敬称略・順不同)

青山法律事務所 阿蘇医療センター 歩み法律事務所 (株)イソノ インマヌエル熊本キリスト教会 NTT労組退職者の会 オフィス・ムジカ (株)亀井ランチ	青山 定聖 甲斐 豊 松村 尚美 古庄 吟法 熊本県支部協議会有志 西嶋 公一 亀井 明徳	熊本市キリスト教連合婦人会 福)熊本県共同募金会 熊本県吟剣詩舞道総連盟 泉民共済 医)孔子会 さいが総合法律事務所 済生会熊本病院	熊本市キリスト教連合婦人会 福)熊本県共同募金会 熊本県吟剣詩舞道総連盟 古庄 吟法 泉民共済 医)孔子会 さいが総合法律事務所 雑賀 庸泰	サザンリンク(株)熊本保険センター 三宅 満 誠光寺 七ヶ産科用品(株) (株)テレビ熊本 東京エレクトロン九州(株)及び従業員一同 日本基督教団 熊本草葉町教会 日本基督教団 錦ヶ丘教会 日本聖公会 熊本聖三一教会	(株)HunK (有)フットフィール (株)みどり印刷社 (株)みどりや 元田社会保険労務士事務所 (株)モーターレンフロイデ 有斐総合法律事務所	鬼塚 雅洋 東 静一 荒木めぐみ 郷 宏俊 井上 陽介
--	---	--	---	--	---	---

個人の部

(敬称略・順不同)

赤星 敦 有馬 修二 壱岐 憲司 伊豆 英一 板井 次男 稲尾 貞臣 井上 明子 井上 新	岩浅 眞司 岩永 研一 池田 幸藏 池田 菖子 上島 澄雄 上田 昭八 上原 仁朗 牛嶋 崇	江崎 啓子 悦 正治 及川 陽 大井 和美 大洞 一成 岡 真理子 岡田 洋一 小原 聡子	加塩 弘巳 片岡 隆治 片桐 清志 鎌田 聡 工藤 恭修 久保山嘉男 鴻江友紀子 郡山 和代	小澄 康彦 崎元 達郎 櫻井 孝一 佐藤 征紀 佐藤 泰生 小路島正臣 高杉ノリ子 高森 俊二	田中 信義 寺田 行広 中村 静代 中村 直美 西村 恩恵 野田 馨 林 修子 葉山 京子	平方 英子 堀 セツ子 本田 重寿 前原八寿之 牧 勝美 松尾妃都美 三浦 勲 宮崎 拓郎	宮崎 房子 宮原 未治 守屋 洋 山内 勝志 山村 唯夫 山本 了 山本 信夫 幸本 光造	米光 宏 渡辺 和文 匿名9名
--	---	--	---	--	--	--	--	-----------------------

※切手、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。

募金式自販機寄付

(令和4年3月現在)

募金式自動販売機設置にご協力いただいている方々

(敬称略・順不同)

A Pパーク桜町 KMバイオロジクス(株) (株)SYSKEN おおつかの郷 大津陣内メディケアセンター (株)九電工 菊陽レディースクリニック 九州電機工業(株) 九州中央リハビリテーション学院 九州ルーテル学院高等学校	九州ルーテル学院大学 (医)寿量会 熊本機能病院 北熊本乗馬クラブ 熊本学園大学 熊本県医師会館 桑原クリニック (医)孔子会 孔子の里 金剛(株) 崇城大学慶賓館 (株)建吉組	建吉観光土地(株) 大東商事(株) (医)寺尾会 寺尾病院 (医)聖公会 中村整形外科 西日本電材(株) (特非)花織部 (医)愛育会 福田病院 不二高圧コンクリート(株) 松尾建設(株) まつばせレディースクリニック	御船町 湯前町 (福)啓明会 峇山寮
--	--	--	--------------------------

サントリービバレッジサービス(株)、コカ・コーラボトラーズジャパン(株)の2社のご協力を頂き、自販機によるご寄付の仕組みを準備しております。各自販機設置者様のご支援と上記2社のご協力に感謝申し上げます。

ふるさと納税寄付

(令和3年12月1日～令和4年3月15日現在)

橋口英二郎	匿名3名
-------	------



シャッターチャンス

県民共済様からご寄付いただきました

イオン 幸せの黄色いレシートキャンペーン

毎月11日にイオン熊本店(嘉島町)でのお買い物の際には、黄色いレシートを「熊本いのちの電話」のボックスにご投函お願いいたします。寄せられた黄色いレシートの総額の1%相当をギフトカードとしていただいております。レシートをご投函くださった皆様とイオン熊本店様に感謝申し上げます。

令和3年分 ¥16,700

肥後銀行、熊本銀行、熊本第一信用金庫のご厚意で、寄附金お振込みの際の振込手数料を免除いただいております。各金融機関のご厚意に対しあらためて感謝申し上げます。

チャリティ公演のお知らせ

テーマ 『コロナに負けない、元気だ肥後っ子』

日時：令和4年7月31日(日) 14:00開演
会場：市民会館シアーズホーム夢ホール

※詳細は6月にホームページにて公開します。

あなたも
ボランティア
相談員
として
活動しませんか

2022年度ボランティア相談員の募集要項

応募資格 20歳から70歳まで 応募締切 2022年4月28日(休)
募集人数 40名 養成期間 2022年5月～2023年3月
受講料 22,000円
申込み 事務局に電話でお申し込みください。
問合せ先 事務局電話(096)354-4343 FAX(096)354-4665
担当：赤星・池田・野田

第46回「日本自殺予防シンポジウム」

日時：令和4年9月11日(日) 14:00～
会場：市民会館シアーズホーム夢ホールとオンライン
基調講演：松本 俊彦氏
国立精神・神経医療研究センター 薬物依存研究部長

※詳細は8月にホームページにて公開します。



熊本市では花と緑の博覧会が開催中です。とある緑でパンジーなど花の苗を頂きました。せっかくなので会社の片隅の露地に植え替えました。1週間後、明らかに花に元気がない。しなしなのふにゃふにゃという感じ。ホームセンターで植え替え業後の発根を促し元気にする「活力剤」なるものを発見、存分に与えてみました。花は見違えるほど元気になりました。しかしラベルには気になる文字も、「肥料ではありません」。生育には活力剤だけでは足りないということです。しかしこの時、間違いなく花は元気になっていました。

いのちの電話という活動もその対話の中で掛け手の問題解決に至ることはほぼありません。でも僅かな光を探すきっかけ、新たな一歩を踏み出す勇気につながる活力剤になれたら良いな。そんなことを考えながら毎日をやりたり、緩効性の肥料をこっそりまいたりして花々の成長を楽しんでいます。

事務局日誌

令和4年1月～3月

1月	12日	チャリティ公演打合せ
2月	3日	オンライン講演会打合せ
	13日	養成講座1日研修
	27日	自殺予防熊本いのちの電話 オンライン講演会
3月	1日	第38期養成講座閉講式
	11日	第68回理事会
	19日	研修委員・研修リーダー合同研修会
	23日	第39期 養成講座説明会
	26日	第39期 養成講座説明会
	27日	相談員自主研修会



社会福祉法人 熊本いのちの電話
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 稔 編集：広報委員会

熊本いのちの電話

検索

※毎月10日 フリーダイヤル(10日8:00～翌日8:00まで) ※毎日フリーダイヤル(18:00～21:00)
※毎月第1木曜日 定例研修委員会、第2金曜日 定例運営委員会



この広報誌は赤い羽根共同募金配分金により作成したものです。