



埼玉いのちの電話

ひとりぼっちで悩まずに…

発行人：川端 純夫 編集：広報委員会
発行所：社会福祉法人 埼玉いのちの電話
〒337-8692 大宮郵便局私書箱第 29 号
電話：048-645-4322
FAX：048-645-4355
<http://www.sainet.or.jp/~sai-id/>

相談電話

048-645-4343 (24 時間 365 日)

048-640-6400 こどもライン
(金・土 15:00~21:30 18 歳まで)

0120-738-556 (毎月 10 日 24 時間)
フリーダイヤル「自殺予防いのちの電話」

インターネット相談

埼玉いのちの電話

検索

この広報誌は、赤い羽共同募金の
助成を受けて発行しています。



特集

『ひきこもり

生きづらさを抱えている人たち』

26 期生

電話ボランティア募集

応募資格 25 歳以上の男女 (2015.4.1 現在)
お問い合わせ 埼玉いのちの電話 事務局
TEL 048-645-4322 (月~土 10:00~17:00)

26期生 電話ボランティア募集説明会

12月13日(土) クラッセ川越 多目的ホール
12月20日(土) 所沢ミュージアム 会議室2
1月17日(土) 大宮ソニック市民ホール404

時間はいずれも 14:00 ~ 15:30 参加自由
毎回「聴くこと」についてのミニ講義があります

公開講演会とミニチャリティコンサート終了後にも、
募集説明会を行います

12月14日(日) 桂福点さんの公開講演会
1月10日(土) ミニチャリティコンサート

ある日曜日の午前中、相談員を対象にしてネット相談の講座を行いました。講師は、ひきこもりの人たちへの支援を続けられている草野智洋氏です。いのちの電話にはひきこもり状態にある人からの相談もあります。なぜ世の中と関係を断ってひきこもってしまったのか、ひきこもりの人たちのことが理解されるようにと願い、講義の抄録を掲載します。

自己紹介

私は臨床心理士で、ロゴセラピーという心理療法を専門にしています。ロゴセラピーは哲学や人間学も含んでいるので心理療法と一言でいうと少し正確ではないかもしれません。

私は大学を卒業してから営業の仕事をしていました。しかし、仕事は上手くいかず、やりがいも感じられません。何のために働いているのか、何のために生きているのか、分からなくなりました。

仕事は2年半で退職し、人の役に立つ仕事がしたい、臨床心理士になるための大学院を目指すことにしました。特に、大学生のときに勉強して感銘を受けたフランクルの哲学をもとにしたロゴセラピーについてもっと深く学びたいと思い、ロゴセラピーゼミナールに参加したのが、10年前のことです。

大学院の入試のとき、実践経験があったほうが印象がいいんじゃないかとそんなズルいことを考えて、近くのNPOでボランティアを始めました。そこがたまたまひきこもりの若者たちを支援するNPOでした。その後、修士論文・博士論文でもひきこもりの人たちへの支援について書き、卒業後は『東京都ひきこもりサポートネット』でひきこもりの人たちの電話やメール相談に関わり、現在は『静岡県ひきこもり支援センター』のスーパーバイザーを務めています。気がつけばひきこもりの人たちへの支援をずっとしてきたという感じがします。

ひきこもる人たち

ひきこもりの人たちは親のすねをかじり、家にひきこもってゲームばかりしていてそれで満足しているかという、そんなことは全くありません。彼らは決して満足して暮らしているわけではなく、非常に低い自尊心と低い自己肯定感、それから人生に対する空虚感や

草野 智洋氏

静岡福祉大学社会福祉学部福祉心理
学科専任講師／静岡県ひきこもり支
援センター スーパーバイザー／
日本ロゴセラピスト協会事務局長



絶望感を抱えています。

私はいつもこういう席で言うのですが、彼らの多くはまじめで正直な人たちです。ただ、まじめ過ぎて正直過ぎるのです。そのためにこの世の中を生きていくのにとっても苦勞しています。

たとえば小学校で先生に「こういうふうになりましょう」と教えられたような理念を、彼らはまじめに誠実に受け止めて生きてきたのです。小学校の高学年か中学生くらいになると、子どもは先生の前ではいい顔をしていても、裏では友達同士で序列を作ったり、弱者を陰でいじめたりします。

良く言えば要領よく生きている人たちがいる。まじめに正直にやってきた自分のことは認められず、要領よく生きている人たちが世の中では幅を利かせている。そういう人たちによって自分は疎外された、あるいは搾取された、利用された、話が違うじゃないか、というのが彼らの感じていることだと思います。

世の中には理不尽なところがあります。多くの方は世の中はそんなものだとは半ば諦めて、そんな世の中をそれなりにうまく生きていますが、彼らは世の中の理不尽さにずっと苦しみ、傷ついています。

人と関わりさえしなければ人から傷つけられることもない。彼らは生きづらさを抱えたまま自分の世界に閉じこもり、社会との関係を完全に遮断しています。

SOS

電話はもとより、メールすらできなくてひきこもっている人たちはたくさんいると思います。それでも運よくというのか、たまたまいのちの電話にメールをしてくれる人がいます。全く人と関わるこののできなかった人がメールを送ってくるというのは画期的なことです。気の迷いでついうっかりメールを送っちゃった、のかもしれない。送信した後で後悔している人もた

くさんいるでしょう。あんなメールを送っちゃった、ひどいことを言われるんじゃないか、無視されるんじゃないか、悶々としながら返事を待っているのだと思います。

メール相談で私たちが最も気をつけなくてはならないことは、とにかく批判しないということです。彼らとはとても傷つきやすい。こちらが批判を意図していなくても批判と感ずることもある人たちだと思って下さい。相談なんかしてもどうせどうにもならないと絶望して諦めてひきこもっていた人がSOSを発信したのです。これはすばらしいことです。そのことを認めて下さい、そのことを肯定して下さい。

そんなふうに甘やかすからいけないんだという感覚は一般の人にはあると思います。メールをしたくらいでなぜ誉めるのか。確かに甘やかすことが人をだめにするにはあります。しかし、何年もひきこもっていた彼らが一通のメールでようやく外の世界とつながろうとしてきたのです。その彼らに、この段階で、甘えてはいけない、世の中は厳しいんだと言う必要は全くありません。

批判されたら、彼らは相談なんかしてもやっぱりどうしようもないんだと思うでしょう。世の中がこんなふうだから私は何もできないんだ、私が悪いんじゃない。絶望感と諦めを深めてしまい、人と関わらない世界へ戻ることの口実になってしまいます。

世の中の厳しさに向き合うのは、もっと先の段階。彼らが他者への信頼感や自己肯定感を取り戻し、よしバイトでも探そうかとなったときで十分です。

》》》 世の中捨てたもんじゃない

世の中捨てたもんじゃない、という言い方がありますが、彼らの多くは「世の中は捨てたもんだ」と思っています。相談者として「もしかしたら世の中はそんなに捨てたもんじゃないのかもしれない」、そんな希望のような感覚を少しでももってもらえたらとてもいいと思います。

ひきこもりの人たちと信頼関係を築くことは大変難しいことですが、いのちの電話のメール相談は捨てたもんじゃなかった、だから教えてもらった『ひきこもり地域支援センター』というところも、もしかしたら捨てたもんじゃないのかもしれない。そんなふうになって彼らが自分の意志で部屋を出て、『ひきこもり地域支援

センター』のようなところに相談に行ってくれたら、メール相談としてこれほど素晴らしいことはありません。

一般にはひきこもりからの脱却といえれば就労をイメージするかもしれませんが、それはこの段階からはるか先にあることで、メール相談ではそこまで目標にしなくていいのではないのでしょうか。私たちが数年関わっていても就労にたどり着かない人もたくさんいます。40代で職歴は全くなく、中学から不登校で20数年間ひきこもっていた、そういう人がたとえいくら前向きになって働きたいと思っても、雇ってくれる場所はあるのかという問題もあります。

大切なことは意味のある人生を送るにはどうしたらいいのかということだと思います。その手段が働くことかもしれないし、そうではないかもしれない。

》》》 働かざる者食うべからず？

働かざる者食うべからず、といつ誰が言ったのか知りませんが、彼らと関わる時そんな価値観は捨てた方がいいと思います。働かざる者食うべからずというのは、たぶん大昔みんなが農作業をやっていたような時代の価値観です。仕事というのは、どうしたってできる人とできない人が出てきます。昔は、仕事ができない人には、赤ん坊をちょっとおんぶしておけとか、まきを割っておけとか、その草をむしっておけとか、その人なりにできる仕事や役割がなにかしらあったのでしょう。自分にできる役割を果たしなさいという意味だったはずですよ。

でも今では就職という関門があります。きちんと履歴書を書いてスーツを着て、面接ではある程度ハキハキと受け答えができないと採用されないでしょう。ある一定の条件を満たしていないと就職できません。そ



んな社会で、働かざる者食うべからずというのは無茶な話です。

それぞれが自分にできる役割を果たして行こうというメッセージならいいのですが、就労ということに限定してしまうと、就職のできない人にとっては、それは自分に生きていく意味はないということになってしまいます。非常に危険な考え方です。

メッセージを送り続けること

人は人と関わることで自に価値があります。私たちは普段、人との関わりをそんなに意識していません。朝起きて、おはよう、いってきます、こんにちは、帰りにはお疲れさま、家族がいる人ならその関わりもあります。人との関わりは空気や水のように当たり前にあるものです。ところが彼らはその空気も水も極めて希薄な世界で生きています。自分には 空気を吸う価値もないと本当に思っている人がたくさんいます。

私が専門にしているロゴセラピーの価値観では、人間は存在しているだけで価値があります。そんなのは嘘っぱちだ、きれいごとだと彼らに言われるかもしれませんが、そんなメッセージというのか、そんなニュアンスを伝えたいと私は思っています。

さっきも言いましたが、草むしりしかできない人もいます。村の歴史に名を残すような大事業をやり遂げた人もいます。どちらも、自分にできることをやって役割を果たしたということであり、その価値は

決して比べられません。現代社会でまかり通っているような、その人の生産性で人間の価値を評価するような価値観は間違いだと私は思います。

あなたを生産性で評価しない人間がここに一人います、そんなメッセージを送ることには意味があります。そもそも、メールをしたら返信がある、話しかけたら返事が返ってくる、そういう相手が誰もいなかった人にとって、一人でもそういう人ができたという意味はとても大きい。

メール相談がきっかけになり、人との関わりの中で自己肯定感や世の中への信頼感をとりもどしてどんどんステップアップしていく人もいるかもしれない。ただ、依然として酸素の薄い状態のなかでメッセージを受け続けることを必要としている人たちもいます。非常に遅々とした歩みでしか進めない人たちもいます。だからこそメッセージを送り続けるのです。

(文責・広報委員会)



医療法人社団 群羊会
http://minamifukuin.org

愛と誠で心をつなぐ診療 大切にしたいひとりのひとりを

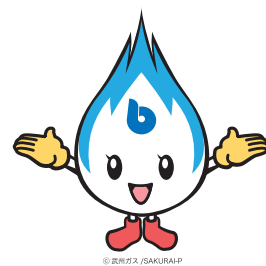
耳鼻咽喉科 内科・小児科

福音診療所 南福音診療所

TEL048(592)2862 TEL048(591)7191

責任の
武州ガス

川越市田町3-2-12
TEL (049) 241-9000



ポラス株式会社 埼玉県越谷市南越谷1-21-2 Tel.048-989-9119 (宅建業 国土交通大臣(11)第2401号(株)中央住宅)

いつか、その街が
キミの誇れる
「故郷」になる。

住まい価値創造企業

POLUS

ポラスグループ

ポラスの分譲

検索

理事長をお受けして

この度、小川瑞穂先生の後任として、理事長という重責を背負うことになりました。予想だにしておりませんでしたので、一度はご辞退申し上げましたが、いのちの電話の崇高な使命を考え、お引き受けすることにいたしました。



元城西大学非常勤講師
川端 純夫

十数年前、精神科医の佐々木雄司先生のお誘いで、評議員としてのいのちの電話に参加をさせていただきました。佐々木先生はその後理事長になられ、次いで小川瑞穂先生に代わられました。学生時代の恩師である小川先生の後任としてこの役目をいただく事に不思議なご縁を思い、大変恐縮しております。

私の現役時代の高等学校には、生徒指導上の困難が山積しておりました。県立教育センター教育相談研究室勤務の約10年間は、不登校、校内暴力、家庭内暴力、いじめ、学力低下への対応などが緊急の課題でした。カウンセリングを応用しながら、生徒の心の悩みや人格成長への援助に取り組みました。豊かな心と生きる力を育む教育を推進することに努めました。このことは、自分自身を見つめなおすことでもありました。

いのちの電話では、24時間・365日、ボランティアで、いのちに関わる相談を受け続けておられる相談員の方々の、謙虚な姿勢に驚き、深く感銘しております。こうした相談員の皆様を中心とする電話相談事業を支えてくださるのが、善意の寄付であることもまた驚くべきことであります。

このいのちの電話の活動を、より多くの方々に知っていただき、支えて下さる支援の輪を一層広げることが大切と考えます。

そして、人生の苦難に遭遇した時、誰でもこのいのちの電話を利用して、生きる力を回復していただけるよう、社会に一層理解を広めることが肝要と存じます。

力不足ではありますが、使命の重大さを自覚して精一杯尽力して参る所存です。皆さまのご協力を、よろしくお願い申し上げます。

理事長辞任にあたり

私はこの度、自分自身の一層の老化を痛感し、理事長の職を辞することにいたしました。平成6年に佐々木雄司前理事長の後を引き継ぎ、10年間理事長を務めてまいりましたが、この間相談員初め多くの方々のお力添えを頂き、無事に仕事を全うすることが出来ましたことに、改めて心から深謝申し上げます。



埼玉大学名誉教授
小川 瑞穂

個々人のそれぞれの生活を守り、特に自殺予防を目標の一つとするいのちの電話において、その相談活動を支えている相談員皆さまの献身的なお勤めには頭が下がり、気持ちよくそれに参加して頂くことが、私の役目と考え務めて参りました。

お陰様で、在職中に第25回いのちの電話相談員全国研修大会を大宮で開催出来ました。又二度の移転を経験しました。二度目は我々自身のセンターの開設とその移転で、この喜びを皆さまと共に持ち得た事も大きな喜びでありました。念願でありました川越分室も開局の運びとなり、順調にその活動が展開されています。更に平成23年には、埼玉いのちの電話開局20周年記念式典も開催出来ました。

この間政府も自殺対策に本腰を入れて着実にその成果が発揮され、自殺者が年間3万人を下回ることも達成されました。又、埼玉いのちの電話における相談電話の年間総受信件数は、ここ数年全国で最も多い件数を記録し、これも全て相談員皆様の努力のお蔭です。

今後も種々の困難に出会うことでしょう。川端新理事長の下で、私が常々口癖にしています“All for one, One for all”により、この活動を一層価値あるものに高めて頂きたいとお願い申し上げます。

この10年間充実した毎日であった事を喜んでおります。思い起こせば楽しいことも沢山ありました。有難うございました。

埼玉いのちの電話の益々の発展を心から願い、皆さまのご健勝をお祈りし、ご挨拶とさせていただきます。

— あゆみ —



2014年

7月12日～9月7日(11回)

インターネット相談コーディネータ養成研修

9月6日 25期生講義「家族関係」

28日 24期生認定式

10月11日 25期生講義「精神障がい」

22日 朝日会チャリティコンサート(所沢ミュージズ)

29日 相談員のための理論講座

11月8日～2015年1月末

第2回インターネット相談員養成講座

11月13～15日 いのちの電話相談員全国研修会「ぐんま大会」

15日 25期生講義「性」

22～23日 相談員のための合宿研修

22～24日 25期生初級合宿研修

29日 25期生講義「自殺」

12月13日 26期生募集説明会(クラッセ川越)

14日 公開講演会「桂 福点さん」(大宮ソニック)

26期生募集説明会(大宮ソニック)

12月20日 26期生募集説明会(所沢ミュージズ)

あなたのご支援を
必要としています



いのちの電話の活動は、多くの善意あるボランティアの無償の奉仕によって支えられています。この活動をご理解いただき、ご協力くださいますようお願い申し上げます。

振込先

郵便振替 00140-9-137380

埼玉りそな銀行大宮支店 (普通) 4315510

(福) 埼玉いのちの電話

公開講演会

■ 2014年12月14日(日)

13:30～15:30(開場13:00)

■ 会場 大宮ソニックシティ 小ホール

■ 講師 桂福点さん(落語家)

「大笑いゼーションでノーマライゼーション」

～いのちの大切さと障がい者理解を広めるために～

*入場無料 会場にてバザー同時開催

*終了後「電話ボランティア募集説明会」実施



ミニチャリティコンサート

— いのち輝かせて —

■ 2015年1月10日(土)

13:00～15:00(開場12:30)

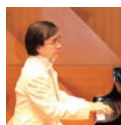
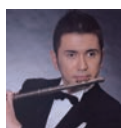
■ 会場 さいたま市民会館うらわ

■ 出演 網川泰典さん(フルーティスト)

長澤晴浩さん(ピアニスト)

*協力券 1,000円

*終了後「電話ボランティア募集説明会」実施



第20回 チャリティ映画会

■ 2015年3月14日(土) 10:30/14:00(2回上映)

■ 会場 大宮ソニックシティ 小ホール

■ 上映映画「おじいちゃんの里帰り」

監督 ヤセミン・サムデレリ

3000キロの遥か彼方へ… おんぼろバスで「里帰り」

トルコからドイツへ移住した家族の奮闘ぶりを

温かくユーモラスに綴る感動作

*協力券 1,000円



20回記念特別企画 映画を2倍楽しもう♪

NPO法人日本トルコ文化交流会所属のトルコの方にトルコ文化の一端を紹介していただきます

1回目: 午前の部上映後

2回目: 午後の部上映前

バザー開催 会場ロビーにて10:00～14:00

チャリティコンサート

— クミコ いのちを歌う — ケーナ奏者 八木倫明 出演

■ 2015年6月7日(日) 開演4時 (開場3時)

■ 会場 大宮ソニックシティ 大ホール

全席指定 S席4,000円

A席3,000円

チケット発売開始 2015年2月2日(月)

○申込み・お問い合わせ

埼玉いのちの電話事務局

クミコと一緒に歌う市民合唱団員募集!

「広い河の岸辺」他1曲(混成合唱)

○問い合わせ先: 埼玉合唱団

Tel/Fax 048-883-1634

Mail: saiuta@gray.plala.or.jp



編集後記

ロゴセラピーの創始者は、ナチスドイツの強制収容所での体験を書いた『夜と霧』で知られる、精神科医のヴィクトール・フランクルです。彼の妻と家族は強制収容所で亡くなりました。昔読んだ『夜と霧』の内容を一箇所覚えていました。強制収容所の労働と寒さと飢えとで死んだように疲れながら、フランクルと何人かの人たちが幻想的な日没の空の美しさに見入っている場面です。数分の沈黙のあとにそのなかの一人が「世界はなぜこんなに美しいんだろう」と他の人に尋ねます。ほこりをかぶった『夜と霧』を本棚で見つけました。(M.O)