

いっぽいっぽ

特定非営利活動法人

秋田いのちの電話

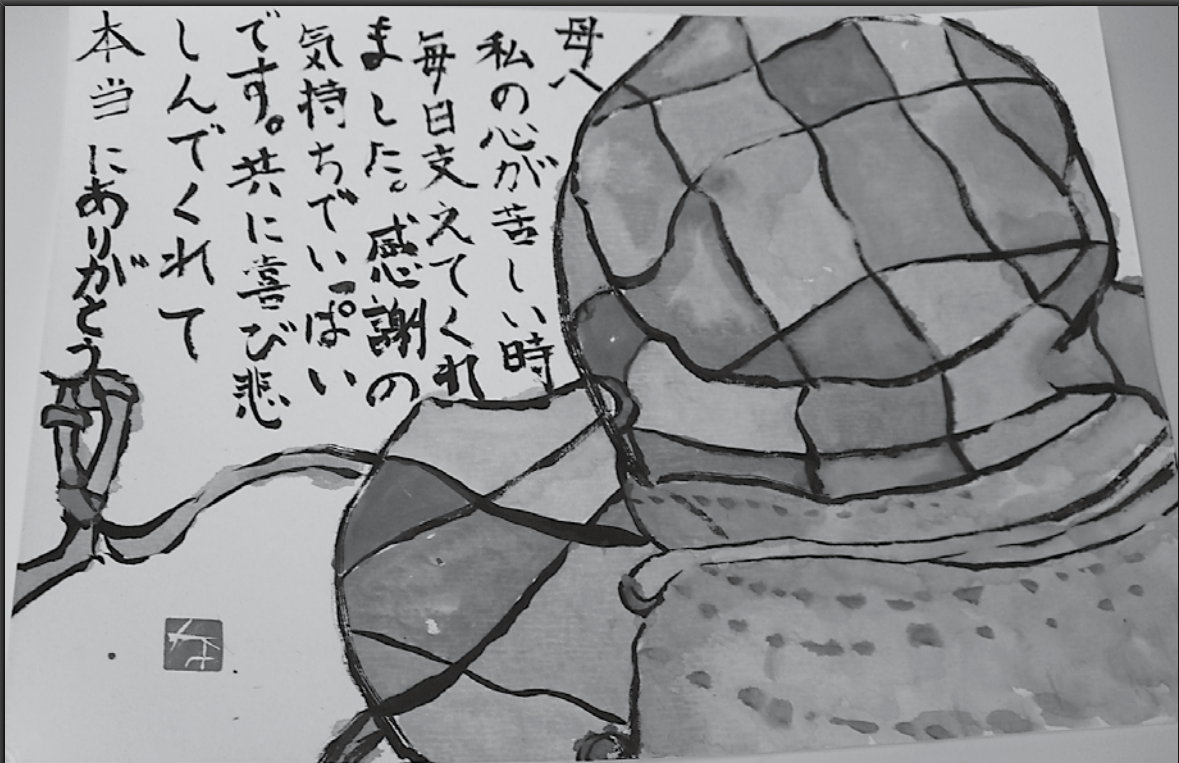
相談電話 018-865-4343

(毎日正午～午後9時)

広報 第75号

2017.1.15

謹 賀 新 年



～「第20回筆の里ありがとうのちちょっと大きな絵てがみ大賞」の奨励賞受賞～

秋田市のぞみ地域活動支援センターの絵手紙教室参加者の作品です。

母親への感謝の言葉がそえられています。帽子が描かれています。

CONTENTS

「日本の貧困」大西 連	2～3
自殺予防公開講座のお知らせ	4
受話器の向こうに	4
電話相談員募集 養成講座のおすすめ	5
第18期相談員に認定されて	6

秋田県の自殺者数	7
活動日誌	7
ありがとうございました	8
維持会費・寄付のお願い	8
編集後記	8

日本の貧困

自立生活サポートセンター もやい

理事長 大 西

連



<もやいのスタート>

「もやい（舩）」の活動は、ホームレスの方がやっと仕事を見つけたのに、家族と縁が切れているため連帯保証人がいなくてアパートに入れないケースが結構あることを知り、またホームレスに戻ってはまずいので、保証人を引き受けようというのが始まりです。経済的貧困の陰にはつながりの貧困が隠れていました。家族関係、人間関係そういうつながりが切れていたのです。それまで想定していなかった問題で、役所やどの相談機関でも相手にしてくれませんでした。

そしたらホームレス以外の方からもたくさん依頼がきました。夫からのDVでシェルターに逃れていた女性、児童養護施設から自立しようとしている人、精神病院に長期入院している間に家族と縁が切れている人…。皆保証人になってくれる人がいません。働いて経済的貧困を解決してもその先に進めない人達です。これは新しいタイプの貧困です。

<流れてくる赤ん坊のたとえ>

こういう寓話があります。

赤ん坊が川を流れてきます。たまたま通りかかった旅人はどうするか。当然赤ん坊を助けます。ところが赤ん坊は次から次へと流れてきます。旅人は次から次へと拾い上げます。が、ついには疲れ果てて動けなくなります。その時にとる行動は仲間を増やして手伝ってもらうことです。しかし、それでも流れてくる赤ん坊の数に追いつかない。次に旅人が行うことは川の上流を調べることです。なぜ上流から赤ん坊が流されてくるのか。上流で悪事を働いている男がいたらそれを倒す。

以上のように社会的問題を解決する方法は、現場で支援活動を行う、援助してくれる仲間を増やす、自分たちの活動が不要になるような対策を立て実行する、この三つだと言われています。

<貧乏と貧困>

貧乏と貧困は違います。貧乏は貧しく乏しい状態ですが、隣の人が余った食べ物を持ってきてくれるような状態です。貧乏ではあるが、人と人とのつながりがあれば生活はあまり困らない。場合によっては豊かに感じられます。

一方貧困にはその背景に必ず孤立があり、人の支えがない状態が貧困。経済指標だけではわからない。家族・友人・貯金などを持たないから脆弱な立場の人で、その先に選択肢がありません。

<なぜ私は手を引っ込めたのか>

自己紹介をすると、私の活動はホームレス支援からスタートしました。学生時代、友達に誘われて軽い気持ちで炊き出しボランティアに参加しました。行ってみると350人ぐらいの人が並んでいます。その場の独特の雰囲気、息づかい、におい…。カレー800食用のニンジンを持ち、配食係を担当しました。カレーを渡す時一人のおじさんの手に触れ、思わず無意識のうちに自分の手を引っ込めました。

このことは私にとって大きなトゲとなりました。いったいなぜ手を引いたのか。自分はホームレスを差別していないし、偏見を持っていないと思っていたのに…。その夜はモヤモヤして一睡もできませんでした。自分の気持ちを確認しようと翌日も出かけました。これが私の生活困窮者支援の始まりです。

<貧困の増加>

世界でも日本でも、極めて貧しい絶対的貧困は減少していますが、相対的貧困は増加しています。日本では可処分所得が年122万円（月10万円）以下が貧困層で、貧困率16.1%、6人に1人（2012年統計）、2000万人。子供のいる家庭の方が高くなっています。

皆さん月10万で生活できますか？ 貧困率はその後毎年上昇しています。つまり低収入・低所得の

層がとても拡大していることを示しています。

国民全体の平均値とも言える可処分所得中央値は1997年が298万円、2012年が244万円、15年間に50万円も低くなっています。日本全体の所得水準が下がった。それにつれて貧困ラインが低くなっているにもかかわらず、貧困率は高くなっているのです。

OECD35ヵ国の中で日本の貧困率は悪い方から6番目です。失業率10%を超えているスペイン、ポルトガルより悪い。なぜか。向こうは失業している間に給付を受けているから。財政破たんしたギリシャより悪い。

<大卒でも非正規社員に>

言うまでもなく非正規社員がとても増えています。働いている人の4割にのぼっています。収入が低い、期間の定めがある、社会保険がない。40年間きっちり納めても月額6.5万円というのが国民年金です。一方正規サラリーマンの年金は平均15～16万円。非正規は低収入だから資産形成は難しい。社会的地位も低い。

非正規社員が増加したのは学生アルバイトや主婦のパートが増えたせいだという人がいますが、それは事実でなく、これから日本を支えて行くべきはずの若年層の非正規が増えたのです。若年層では非正規が普通になっていて、高卒以上の卒業生を見ても40%が非正規社員で就職しています。4年制大学でも25%。若年層の生活が不安定になり、不安が広がっています。それが生きづらさに結びついている。このような背景があるから就職活動中の自殺が起きる。これは日本だけの現象です。働き方が増えた、自由で多様になったというまい話ではありません。新しい階級ができたとも言えます。



<子供の貧困率増加>

子供の貧困率を考える上で注目すべきは日本では所得再分配後の貧困率が、普通はどの国でも低くなるのが当然なのに、高くなっていることです。これはOECDの中で唯一日本だけです。あのアメリカでさえ下がっているのに。たとえばチェコの子供貧困率は再分配前は30%なのに再分配後は10%にまで低くなっている。大学までの授業料がタダだからです。

日本の国は何をやっているのかと言いたい。税金を何に使っているの？逆に個人や家族の負担を増やしているのです。40年前、国立大学の授業料は3.6万円、私立だって18万円、現在国立は60万円。その分個人の出費が増えました。この間に政策が転換され、その結果貧困率が上がったのです。世界の中で遅れた国になりましたが、背景に自己責任の価値観があります。

皆さんは、貧困状態にある人たちに対し無意識の差別心や「あなたはこうできるはず、こうしなさい」という考えをまず横において、そばにいること寄り添うことを考えてほしいと思います。

(12月3日 秋田いのちの電話相談員研修における講演の要旨。文責広報委員会)

秋田北ロータリークラブに感謝

10月22日、秋田いのちの電話後援会主催でアゴラ広場にて行われたいのちの電話PR街頭キャンペーンに北ロータリークラブの皆さんが駆けつけて、一緒にチラシ配りと募金活動をしてくださいました。このあと2月の自殺予防公開講座でも会場を手伝ってくれることになっています。さらにうれしいことに近いうちに資金援助をしてくれると約束してくれました。感謝！



自殺予防講演会のお知らせ

次のように開催しますので、たくさんの方の参加をお待ちしています。

演 題 人を支えることとその限界 ～私たちにできることできないこと～

日 時 2017年2月25日（土）午後1時30分～3時30分

会 場 秋田県総合保健センター 2階大会議室 秋田市千秋久保田町（脳研となり）

講 師 田辺 等 氏（北海道立精神保健福祉センター 所長）

ギャンブル依存症やアルコール依存症の治療と対策で著名な先生です。

経歴 1977年 北海道大学医学部卒業

北海道立緑ヶ丘病院で臨床医として精神疾患の治療、

依存症の集団療法等に従事

2005年 北海道立精神保健福祉センター所長に就任

主著 ギャンブル依存症（NHK出版）

司 会 稲村 茂（秋田いのちの電話理事長、メンタルクリニック秋田駅前 院長）

会 費 無料、申込不要（厚生労働省補助事業）

共 催 秋田北ロータリークラブ

受話器の向こうに

「妹がとてもひどい暴言を向けてきます。もう私、耐えられない。妹は80才、よそで息子と暮らしていたけどどうもくいかず、近くのアパートに連れて来ました。初めは娘も一緒に世話をしていましたが、あまりにもわがままだと言い、今は寄りつかなくなりました。妹が不憫で一人で頑張っています。今日も突然怒り出し、色々乱暴な言葉を言って来ました。どうしてこうになってしまうのか？もう私どうすればいいのか、本当に分からなくなっていました」
～いちばんお世話をしている方にいちばんひどい事を言ってしまうと聞きますよね～

「そうなんですね。そう思うと少し気持ちが楽になります。そうなんですね」

～どなたかに相談なさった事、ありますか？～

「福祉の人に相談し施設の見学をしました。姉も行ったのですが、こんな所に入れるなんてかわいそうとの一言で断念。今思うと全く手は出さず、口だけ出すなんてひどいと思う」

～この先の事を考えると色々心配ですね～

「お母さんが倒れたらどうするの、もういい加減にしていつも娘に言われます。でも穏やかな時の妹の笑顔を見ると見捨てられない」

（認知症の妹とそれを一人で受け止めようとしている姉。二人を支え切れずにいる子どもたち。どこにでもある事だが、人それぞれの思いがみんな違う重い現実）

（H・I）



第21期 電話相談員養成講座のおすすめ

かかってくる電話の数に比べ相談員が不足しています。話し中が多いことへのクレームが寄せられています。悩む人の心を受けとめ、自ら命を絶つ人を減らすために相談員に挑戦してみませんか。現在活動している相談員は「ライフワーク」として取り組んでいます。きっとあなたの新しい人生が開けます。

第1課程 講義と話し合い

基本的な知識と心構えの習得を目的として、講義と話し合いを行います。定員15名。

- 日 程(予定)／2017(平成29)年5月11日(木)～7月13日(木)(全10回)、
毎週木曜日、午後6時30分～8時30分
- 会 場／秋田市 秋田県民会館・ジョイナス
- 受 講 料／一括 10,000円(原則として後日のお返しはできません)
- 資 格／23～67歳。男女問わず。

プログラム予定 (講師の都合により順番が変わることがあります)

1回目	5月11日(木)	ボランティア活動としてのいのちの電話
2回目	5月18日(木)	カウンセリングについて
3回目	5月25日(木)	かわりとしての個人精神療法
4回目	6月1日(木)	自殺予防とうつの治療の戦略
5回目	6月8日(木)	アルコール・ギャンブル・買い物などの依存症
6回目	6月15日(木)	家族関係の危機
7回目	6月22日(木)	犯罪被害者と家族を支える
8回目	6月29日(木)	自分を見つめる(心理テスト)
9回目	7月6日(木)	グループ体験
10回目	7月13日(木)	ロールプレイ

第2課程 グループ研修

- 日 程／9月～11月 月2・3回木曜日 全10回
- 内 容／感受性訓練と相手の話を聴く能力を高めるグループ研修

第3課程 ロールプレイ実習

- 日 程／12月～来年3月 全10回
- 内 容／実際のいのちの電話相談を想定したロールプレイ実習

申込・問合せ

電話・FAXでお願いします。3月頃に詳細資料をお送りします。
秋田いのちの電話事務局 電話／FAX 018-823-0021
(電話は正午～午後6時、土・日・休日可)

第18期相談員に認定されて

私がいのちの電話の相談員になろうとしたきっかけは上の子の大学進学が決まった頃でした。傾聴に元々興味があり、いずれはそういったボランティアができたらと思っていました。

目指す夢の為に親元を離れ、「心細いけど頑張る」と話していた娘を見習って私も一歩踏み出しました。2年間の研修期間は簡単ではありませんでした。電話を取って聞くという事はあいづちをうっていれば良いというものではありません。相手の心の傷を声と内容で聞きとっていく行為が必要です。まだまだ力不足。心の声に寄り添えているかわからないときもあります。

ひとつの電話がいつも誰かのいのちを繋ぐ電話と考え、すべてに心を傾け聞いて寄り添えるように努力し、経験を積んでいきたいです。そしていずれは自分の目標とする相談員になりたいです。

最初は話しにくかったり、泣いていたり、怒っていても、しっかり話を聞く事で気持ちが落ち着いたりほっこりしたり、癒されたりして、心が軽くなる瞬間をつくってあげられるようなそんな相談員を目指しています。
(H・K)



「あなたの性格なら、最適。絶対になれるから講習を受けないか」と友人の誘いの一言から始めた公開講座の聴講でした。勿論、仕事柄、何か相通じるものがあるという思いもありました。

平成26年の公開講座。内容が、一度は勉強したい魅力あるものばかりでした。また、県内の最高の講師の方々の熱心な指導の下で、認定までたどりつけたと感慨深いものでありました。講師の先生方には感謝しています。ありがとうございました。

認定後、最初の電話には、「平常心、心をゆっくりして、相談者に寄り添う」を心に言い聞かせて臨みました。

約半年が過ぎましたが、先輩方のご指導も得ながら今後も初心を常に思い、また、初回講座から一緒に歩んできた同期は2名のみで泣くも笑うも一緒、大切なバディ（仲間）として、協力をもらいながら進んでいきたいと思っています。
(K・H)

いのちの電話の力

理由なき大量殺人事件が起きると必ずと言ってもよいほど、「オレも同じ気持ちだ。ただ勇気がないからできない」という電話がかかってきます。相談員がその心の奥底を聴くことができ、その結果かけてきた人が自分の攻撃性に向き合うことになれば、いのちの電話は自殺ばかりでなく他殺をも防ぐことができることになります。大げさと言うなかれ。河合隼雄さんがためらいながらもこう書いています。

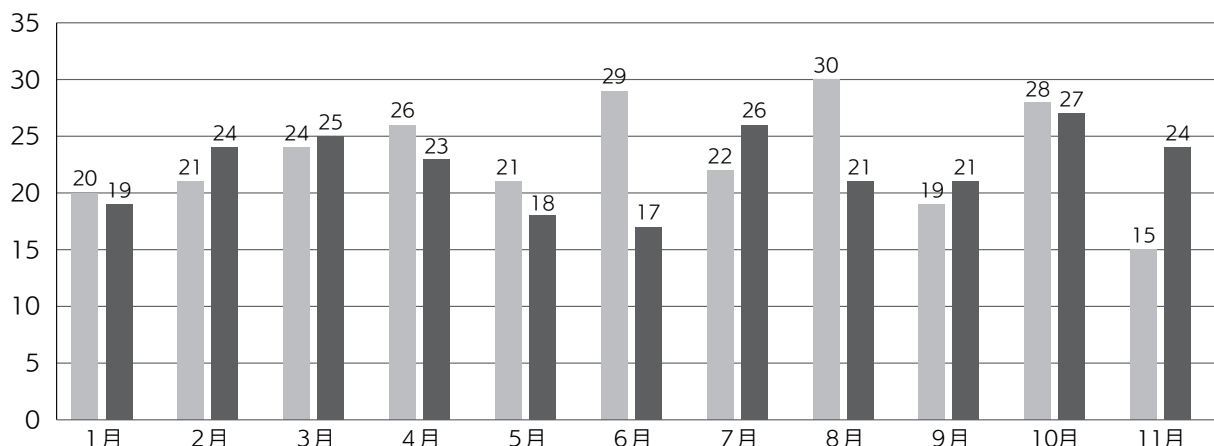
「誰かが本当に傍らにいることを実感したとき、その人は犯罪を犯す必要がなくなる。(しかし、それはなんとむずかしいことか)」



秋田県の自殺者数

秋田県警発表

■ 2015 (平成27) 年
■ 2016 (平成28) 年



※2016年1～11月の自殺者合計は245人で前年比10人減

活動日誌 2016年6月～12月

6月

6月10日 運営委員会

7月

7月4日 研修委員会
6日 ふきのとう県民運動総会
11日 理事会

8月

8月8日 研修委員会
19日 運営委員会

9月

9月5日 研修委員会
12日 理事会
15～17日 全国相談員研修（奈良、7名参加）
18日 バザー実施（秋田いのちの電話後援会主催、アルヴェにて）
26日 第1回あすのAIDを考える会

10月

10月3日 研修委員会
11日 イオンレシートキャンペーンに参加（秋田御所野店）
17日 あすのAIDを考える会
18日 運営委員会
22日 PR街頭キャンペーン（秋田いのちの電話後援会と秋田北ロータリー共催、秋田駅前アゴラ広場にて）

11月

11月7日 研修委員会
11日 イオンレシートキャンペーンに参加（秋田御所野店）
21日 理事会
28日 あすのAIDを考える会

12月

12月3・4日 相談員宿泊研修
15日 秋田朝日放送が初めて電話室取材

事務局長日記



2年連続の赤字を記録し、相談員は動揺しています。理事長が懸命に県や県議に補助金の増額や代わりの施設を求めて働きかけています。相談員も心配して議論百出状態です。共通して目指しているのはバックアップ態勢が充実し、安心して相談活動ができる環境です。

何をするにも秋田いのちの電話の活動が知られていなければ説得力がない、ということでマスコミへのPRに力を入れることにしました。従来は秘密保護を最優先にして、取材申し込みに対して消極的でした。手始めに秋田朝日放送のテレビチームが初めて電話室に入りインタビューを含めて撮影して이었습니다。

自殺予防

24時間 フリーダイヤル

0120-783-556

毎月10日午前8時～翌日午前8時
(通話料無料)

ありがとうございました

維持会費・寄付をお送りいただきありがとうございました。皆様からのご厚意を受けて活動を続けています。お寄せくださった方々は次の通りです。心から感謝申し上げます。 2016年7月～11月

〈個人〉（アイウエオ順）

赤羽 絢子	神田 晶子	佐藤 信孝	辻 紀子	林 美加子	米山 奈奈子
阿部 真理子	神田 仁	佐藤 陽吉	津村 まゆみ	平沢 清美	渡辺 和子
五十嵐 妙子	工藤 秀子	柴田 理	寺田 典城	三浦 奉宣	渡部 静夫
石井 久美子	後藤 敬太	柴田 ゆさ子	寺田 洋子	宮下 正弘	匿名 6名
石田 豊子	後藤 直樹	鈴木 香	戸部 英二	村井 エツ子	
板橋 京子	小林 錦	高桑 清勝	袴田 俊英	山内 幸子	
伊藤 博之	佐々木 久長	高橋 みどり	橋本 禎嗣	山内 視都子	
稲庭 千弥子	佐藤 明子	高橋 峰子	長谷川 ちづ子	山田 志保	
雲 然 俊美	佐藤 保子	塚田 安寿子	畠山 紀子	吉岡 尚文	

〈団体〉 私たちも秋田いのちの電話を応援しています

日本キリスト教団 秋田桜教会	NTTタウンページ(株)	生命保険協会 秋田県協会
秋田大学医学系研究科 精神科学講座	医療法人久幸会	曹洞宗秋田県宗務所
秋田ロータリークラブ	さとう心療内科	広面ファミリークリニック
グループあおさぎ	医療法人慈心会寺田内科医院	南秋つくし苑
ウインドノット	菅原内科クリニック	

維持会費・寄付のお願い

毎回郵便振替用紙を同封していますが、維持会費あるいは寄付金送金用としてご利用いただければ幸いです。強制ではありませんのでご理解下さい。

振込
口座

◎郵便局「秋田いのちの電話」
02560-0-8694

◎秋田銀行 大町支店 **788506**
「特定非営利活動法人秋田いのちの電話 理事長 稲村茂」

編集後記



あっという間に1年が過ぎ、新しい年を迎えました。

財政状態の厳しさは、相談員のなり手の不足など、活動の継続に不安をおぼえる問題もあります。今年もたくさん

の電話を受け活動していけるようにみんなで支え合い頑張っていきたいと思います。

そしてたくさんの方々に、これまで以上の応援をしていただけるようお願いします。

産婦人科・内科 山王レディースクリニック

院長 津田 晃

〒010-0953 秋田市山王中園町 10-35

☎018-862-2110

<http://www.sannoladies-cl.jp>

特定非営利活動法人 秋田いのちの電話

〒010-8691 秋田中央郵便局私書箱 45号

TEL/FAX 018-823-0021

発行人 理事長 稲村 茂

編集 秋田いのちの電話広報委員会