



社会福祉法人

<http://moriokainochi.lomo.jp>

盛岡いのちの電話

2021年10月10日発行
発行人・右京 昌久・事務局 〒020-8691
盛岡中央郵便局私書箱69号TEL 019-652-4162
FAX 019-626-5678

思いを口にできる 「場」があること

盛岡いのちの電話理事
藤澤 美穂

2020年2月の最初の週末、出張で大阪—東京と移動しました。ちょうど新型コロナウイルスの話題が報道され始め、大型クルーズ船の横浜港帰港の話題が大きく注目された時期です。移動の新幹線やバス車中では使い捨てグローブを身につけ、さらに除菌シートを手放さず、マスクを2時間おきに替えましたが、車中を見回してもそのような警戒をしているのは私だけでした。過剰に構え過ぎたかと反省したり、でも油断大敵と考え直したりと、大変疲れる道中でした。この時期前後から続く感染予防と“不要不急”とされる機会への関与制限で、気が晴れない方も多いかと思います。

感染症への理解や対応は、命に関わります。しかもその人だけが被る影響なのではなく、周囲の人への脅威ともなり得ます。私自身はこの1年半、「したほうがよいこと」と「すべきではないこと」の間で大きく揺れることが大きかったと振り返ります。揺れの一つには、東日本大震災以降、所属する県臨床心理士会の活動として参加してきた沿岸でのサロンがあります。感染予防のためしばらく開催を見合わせていますが、震災から10年の節目となる2021年に足を運べていないことと、それまで集まってくださっていたみなさんが今どうされているかが、気に掛かっています。

他にも、会議は？
カウンセリングは？
研修は？
授業でのグループワークは？
など、対面集合実施でも、オンライン開催でも、どちらを選択・決定しても、これで良かったのだろうかとの心残りを感じています。

こういった心残りについて、
家族や友人、同僚や同業者のグ

ループで口にするすることで、私自身は大いに助けられてきました。しかし、身近な人と考えが違う、わかりあえない、いくら言っても感染対策してくれない、自分は大事にされていないのだろうか、といった悩みを抱える方が多いことも実感します。

いのちの電話は、様々な状況の中で抱え続けた思いを話せる場・聞いてもらえる場として、大事な役割を担ってきたことと存じます。そういう「場」があり続けることの素晴らしさを、コロナ禍の今、強く思い、またその場を維持して下さっているボランティアさんに心より感謝申し上げます。

(岩手医科大学教養教育センター講師)



被災地は今

東日本大地震で被災した大船渡市で津波に耐えた1本のポプラ。「ど根性ポプラ」とよばれる。

相・談・電・話

◆盛岡いのちの電話 ☎019-654-7575 / 12時～21時(日曜日12時～18時)

◆自殺予防いのちの電話 ☎0120-783-556 / 毎月10日 8時～翌朝8時

◆インターネット相談/ <https://www.inochinodenwa-net.jp/>

第33回公開講座はじまる

電話ボランティアを養成するために、毎年開催している公開講座は、8月12日に「岩手緊急事態宣言」が発令されたことにより、集合による講義を実施する事が困難になりました。

9月4日からの開講にあたり協議を重ねた結果、初の試みとして講義動画をオンライン配信等に変更し、受講者41名でスタートしました。

第1回目は、右京昌久理事長の「いのちの電話とは一歴史と理念一」と題した講義動画

いのちの電話のはじまり



Chad Varah 1911-2007

- ▶ ある少女が身体の変化を重病と思い込み自ら命を絶った。少女とは面談の予定があった
- ▶ 1953年 ロンドンのチャド・バラ牧師が自殺予防の電話相談サマリタズを設立
- ▶ サマリタズとは「良き隣人」という意味
- ▶ 1963年 オーストラリア、シドニーでアラン・ウォーカーがライフラインを設立
- ▶ 1971年 東京いのちの電話設立
- ▶ 1982年 仙台いのちの電話設立
- ▶ 1991年 盛岡いのちの電話設立

第1回公開講座

いのちの電話とは一歴史と理念一より

はDVDで視聴（写真）。第2回目以降の講義は、オンライン配信（Youtube）の受講になる予定です。

ボランティアの声

コロナ時代も、これからも

16期 Y・T

私がこのボランティアに応募したのは2006年のことです。途中何度か、お休みしましたが、コロナ下の昨年5月、受信1,000時間に達し、今年1月の認定式で新理事長から表彰状を頂きました。何につけ長続きをした例がない自分が、なんとかここまで辿り着けたのは、歴代の事務局のスタッフさんたちや、同期、たくさんのお仲間、研修を通して親しくなったりリーダーの先生方、引退された素敵な先輩方との出会いがあったからです。ボランティアを資金や制度の側面からバックアップして下さっている皆様にも、この場をお借りして育てていただいたこと

に感謝申し上げます。今、コロナ感染症により、人と人の間にディスタンスが求められるようになりました。しかし、私たちの場合、元々隔離された場所から非接触で行っているため、コロナ禍でもできるボランティアだと気づきました。感染対策を守り、行事の中止や人の出入りを制限しながら、盛岡のいのちの電話活動は続いています。二年目を迎えたコロナの終息は未だ見えませんが、まるで出口のないトンネルの中を右往左往しているかのようです。今までにない閉塞感と不自由な環境ですが、志しのある皆様と今後も活動を続けていきたいと願っていますので、どうぞよろしくお願ひ致します。

1000時間に寄せて

17期 K・T

「はい、盛岡いのちの電話です」この言葉を1000時間の間に何度発したのだろう。この言葉から対話が始まっていく。日常会話、困っていること、深刻な状況。少し緊張する瞬間である。

緊張の中、研修で最初の電話は、日常的にかけてくる人や性的な話をする人だったことは印象的で、それからたくさ

んの相談者との出会いがあった。そんな中、少しでも前向きな状況が伺える電話をいただくと、しみじみ良かったと思う。

退職後のボランティア活動にと足を踏み入れたが、次第に聴くことの難しさを感じ、事務局に泣き言を聞いていただいたりしながら続けてこられた。

まだまだ未熟な私だが、気負うことなく、電話の向こう側に思いを寄せて、もう少し受けさせていただこうと思う。

自殺予防公開講座のおしらせ

「自殺予防をすすめるために」

講師 大塚 耕太郎氏

岩手医科大学神経精神科学講座教授



・受付 2021年10月20日より開始。配信は11月下旬の予定です。

・お申込み方法

QRコードまたは以下の申込URLにアクセスしていただき、必要事項をご記入の上、お申し込みください。

後日、配信URLと配信期間をお知らせします。

URL：https://bit.ly/39JAHfS

・参加料 無料（限定オンライン配信）



第45回 日本自殺予防シンポジウム 参加報告

「いのちの電話の50年、自殺予防の50年～東京いのちの電話50周年を祝して～」が9月5日にオンラインで開催されました。

開会にあたり、盛岡いのちの電話2021年度自殺予防公開講座で講演していただく岩手医科大学教授の大塚耕太郎さんが、日本自殺予防学会事務局長の立場から、日本自殺予防学会といのちの電話が協力して活動してきた歴史等についてご説明してくださいました。

シンポジウム概要は、以下のとおりです。

厚労省自殺対策推進室の田中増郎さんからは、コロナ禍における自殺の動向に関する分析と「いのち支える自殺対策推進センター」の紹介等がありました。

東京いのちの電話の理事長末松渉さんからは、「東京いのちの電話の50年」として、これまでの歩みについてお話がありました。1971年4月に350人のボランティアが研修を開始してから今日まで、“私たちの身近に暮らす見捨てられた人・見捨てられた心への気づかい・思いやりの心が動かし、様々な領域での知恵が支えてきた市民活動”として続いているものであることや、一人ひとりを大切にす心の大切さについて、改めて伝えたいという趣旨からのお話からは、今一度いのちの電話の重要性を実感しました。

自殺予防と自死遺族支援・調査研究研修センター理事長の竹島正さんからは、「自殺対策の50年から学ぶこと」として、日本の自殺

対策の経緯を振り返りのほか、連鎖防止のためには丁寧な事例分析をもとにした啓発が必要である等の指摘がありました。

自ら研究室を主催する高橋聡美さんからは、「子どもの自殺の現状と自殺予防教育」として、女子中高生の自殺の急増は緊急事態である事等の現状報告と、予防に対する取り組みのお話がありました。子どもの自殺予防授業では、SOSの出し方を伝える活動をし、“諦めないで3人目までの大人に話して”と伝えているとのこと。そして、保護者や教職員等の大人の受け止め方こそ大事、SOSの出し方教育以前に受け止められる人を増やすことが急務という重要な指摘がありました。

統計数理研究所特任准教授等を務める岡檀さんからは「COVID-19パンデミックによる自殺率上昇の地域差および性差の検討；市区町村の産業構造に着目して」として、自殺率が2020年に上昇に転じたことについて、地域差と性差に着目した視点からのお話がありました。

最後に、「コロナ禍でのいのちの電話相談…これまでとこれから…」として、日本いのちの電話連盟理事長の堀井茂男さんから、いのちの電話の現状等の分析報告がなされました。電話のつながりにくさの改善に向けての取り組みのお話や、堀井さんが提唱する五つの「あ」：あせらず・あわてず・あきらめず・あるがままに・ありがとう、についてのお話など、大変感銘を受ける内容でした。

盛岡いのちの電話後援会役員

相談役	佐々木杜子	前盛岡いのちの電話後援会 事務局長
会長	高橋 真裕	株式会社岩手銀行 取締役会長
副会長	熊谷 祐三	盛岡ガス株式会社 取締役会長
副会長	秋山 顕一	盛岡ユネスコ協会 理事
副会長	工藤 隆一	株式会社わしの尾 代表取締役会長
幹事	伊藤 裕子	盛岡いのちの電話後援会 会員
幹事	植村 哲子	盛岡いのちの電話後援会 会員
幹事	及川 正彦	盛岡いのちの電話事務局 局長
幹事	河邊 邦博	社会福祉法人愛育園理事長
幹事	川村 宗生	株式会社川徳 代表取締役社長

幹事	佐藤 克也	前いわぎんクレジットサービス社長
幹事	下川原弘志	団体役員
幹事	高橋 俊一	盛岡いのちの電話後援会 会員
幹事	長岡美代子	盛岡いのちの電話後援会 会員
幹事	藤原 誠徳	有限会社藤原アイスクリーム工場 代表取締役社長
幹事	三木 典子	盛岡いのちの電話後援会 会員
幹事	守谷 祐志	元盛岡市議会議員
幹事	田野崎真珠	盛岡いのちの電話後援会 事務局 局長
監事	大澤 英夫	株式会社大沢会計&人事コンサルティング 代表取締役
監事	川下 洋美	産業カウンセラー

ご援助ありがとうございます

2021.6.1～2021.8.31
(敬称略、順不同)

下記の方々から社会福祉法人盛岡いのちの電話へ温かいご支援をいただきました。心より感謝申し上げます。今後ともご指導とご協力をお願い申し上げます。

【個人】

6月	井上 茂	加藤 温	中村 栄孝	松田 恭一	皆川敬・郁子	阿部 孝司	長岡美代子
	村井 直子	菊池 昭子					
7月	石幡 裕子	内村 博	織田 信男	柿木 康孝	加藤 裕一	河野 宣之	河邊 邦博
	木村 純子	熊田 健二	近藤 駿	佐藤 克也	佐藤 公江	佐藤 正恵	澤田 郁子
	三條 博子	島田 牧子	鈴木 仁	外川ミサ子	高橋 君子	田口 幸雄	千葉 祐嗣
	千葉 洋子	藤澤サツ子	星 慶哉	堀 恒	皆川敬・郁子	南 鐵男	宮崎 孝志
	村井研一郎	山崎 清基	吉田 正信	右京 昌久	丹代 一志	山口 浩	小島美穂子・山
	小山 康文	鎌田やえ子	佐藤 悟	高橋 博子	照井アツ子	土門 禮子	馬場 守
8月	石木 幹人	石橋 キミ	伊藤 裕子	白井 康雄	大志田マリ子	沖田 憲一	小野 佳
	工藤 隆一	小泉 明	小薊米淳一・薫子	木幡 幸子	坂本 法子	佐々木和彦	佐々木仁也
	佐々木杜子	佐藤 暁僖	佐野 勝俊	菅原 和宏	鈴木 睦子	高橋千賀子	高橋 祐子
	高村 恵子	谷藤 宮古	辻田 慶子	中嶋 健治	沼川 光政	林崎 輝雄	平山 健一
	福井 誠司	藤澤 克典	古川 寿恵	星 慶哉	皆川敬・郁子	宮本ともみ	向山 弓子
	村井研一郎	石井 慶子	工藤 洋子	出町 容子	藤井 律子	三田地智子	山口 浩
	村谷 伸	匿名4名					

【法人】

6月	徳清倉庫(株)	岩手県民共済生活協同組合
7月	(株)いわぎんディーシーカード	いわぎんリース・データ(株)
	(株)岩手金属工業会館	岩手地所(株)
	(株)木津屋本店	喜多正敏行政書士事務所
	共益商事(株)	(株)駒木葬祭
	医療法人財団正清会	三陸病院
	消費者信用生活協同組合	(宗)専立寺
	(株)高建重機	(株)トヨタレンタリース岩手
	(有)藤原アイスクリーム工場	(株)ふじさわエヴァホール
	宮古山口病院	(株)メガネの水晶堂
	盛岡商工会議所	ユニック北東北販売(株)
	盛岡観山荘病院	匿名1名
8月	岩手県予防医学協会	岩手トヨペット(株)
	(株)岩手日報社	(株)エフエム岩手
	鹿島建設(株)盛岡営業所	(株)川徳
	北日本建機工業(株)	(株)佐々木電機本店
	(株)ジー・アイ・ピー	宗教法人 瀧源寺
	(株)事務機商事	(株)ベルジョイス
	白金運輸(株)	(宗)専立寺
	(株)高光建設	(社医)智徳会未来の風せいわ病院
	日本キリスト教団日詰教会	(医)仁医会 都南病院
	(医)緑生会	西島こどもクリニック
	ネットトヨタ盛岡(株)	(株)蜂屋
	平和台病院	三田記念病院
	(株)三ツ星商会	(株)宮崎商店
	盛岡ロータリークラブ	モトモチ商事(株)
	吉田富榮税理士事務所	(株)わしの尾
	NTT 東日本岩手支店	

8月末の寄付累計額は3,719,936円、今年度予算額の8,000,000円の約46.5%となりました。

皆様のご支援を お願いいたします

いのちの電話の活動は、ボランティアの無償の活動と皆様のご寄付によって支えられています。一人でも多くの方々にご理解いただき、ご協力をお願い申し上げます。

振込先：「社会福祉法人盛岡いのちの電話」岩手銀行本店（普0749493）/郵便振替（02360-8-22113）
（「社会福祉法人盛岡いのちの電話」への御寄付には税制上の優遇措置（寄付金控除）が受けられます）