

「応援しています」

川崎いのちの電話 支援者紹介



黒澤 裕子さん

捜真女学校(宗教主任)

捜真女学校は、横浜市神奈川区にある中・高一貫教育(生徒数約2千人)の学校です。1886年に米国バプテスト派宣教師ブラウン夫人により、英和女学校の名称で横浜山手に創設され、1892年捜真女学校と改称、1910年に現在地に移転しました。当校で聖書の授業などを担当されている宗教主任の黒澤裕子さんからお話を伺いましたので、①支援のきっかけ、②学校教育での「いのち」の位置づけ、③献金活動について紹介します。

①横浜いのちの電話の開設に捜真女学校の卒業生が関わり支援していました。その後川崎いのちの電話が開設されたとき、横浜から移籍された神保さん(初代事務局長)などからの要請に応えたことがはじまりです。

②学校では、週に1回聖書の授業があり、内容は中1～高1では旧約、新約、高2～高3ではキリスト教史が中心です。神様の愛、イエスキリストの生涯・その教えなどの学びを通して各自のタラント(賜物・天分)を伸ばし、自分の人生を生きていくことを伝えています。

また、高1の総合テーマである“平和”については、自然教室(当校独自の修養会的プログラム)で、現実に行き来している問題や実在の人物の生き方などを通して学んでいます。例えば、昨年は映画『闇の子供たち』(阪本順治監督)を、今年はマザーテレサの生涯や業績を取り上げ、平和とともに命の大切さも考えました。命は神様から預かっているものであり、どのような状況に置かれても、自ら命を絶つことはしない、死ぬ勇気より生きる勇

気を持ってほしいと伝えています。

③クリスマス献金による支援活動(支援先約70団体)のほか、週1回の献金、月1回のチャイルド・ファンド・ジャパン里親活動への献金をしています。当校では30年以上里親献金を続け、現在、フィリピンでの里子38名を支援しています。

横浜いのちの電話相談員(第1期生)だった黒澤さん、その経験が子どもたちに命の大切さを教えることに役立っていると話されたのがとても印象的でした。

インフォメーション

川崎いのちの電話 開局25周年

「天満 敦子 チャリティーコンサート」

【日時】 2011年7月9日(土) 開場 13:00 開演 14:00
【会場】 エポックなかはら
JR南武線「武蔵中原」下車1分
【料金】 4,000円 全席自由
【振込先】 郵便振替口座 川崎いのちの電話事業推進委員会
NO. 002000-1-130682
(振込確認後チケット郵送)
【問合せ】 川崎いのちの電話事務局(月～金 10:00～17:00)
TEL:044-434-0253



天満 敦子 (ヴァイオリン)

(てんまあつこ)

東京芸術大学大学院修了。海野義雄、故レオニード・コガンらに師事、在学中に日本音楽コンクール第1位、ロン＝ティボー国際コンクール特別銀賞等を受賞。以来、国際的に活躍中。1993年にルーマニアの作曲家ボルムベスクの「望郷のバラード」を日本に紹介。クラシック界異例の大ヒットとなる。CDも数多く録音し、＜日本のうた＞アルバム「ねむの木の子守歌」が第47回日本レコード大賞を受賞。現在、東邦音楽大学大学院教授。

資金ボランティアとしてのご支援を！

【1】賛助会員年会費 下記からお選びください。

法人	10万円	5万円	3万円	1万円	
個人	5万円	3万円	1万円	5千円	3千円

【2】一般寄付 (金額、回数は自由です。)

【振込先】 ■郵便振替 00240-2-36798
社会福祉法人川崎いのちの電話

【問合せ】 川崎いのちの電話事務局 TEL: 044-434-0253

*賛助会員・一般寄付金ともに、個人の所得税・住民税・相続税(要確定申告)および法人の法人税において、優遇措置の対象となります。

寄付感謝報告

2010年10月～
2011年1月

川崎いのちの電話のために、温かい資金援助をいただきました。心から感謝し、ご報告いたします。この事業の発展にこれからもご協力くださいますようお願い申し上げます。

【個人】	(11月)	鈴木清	池上由紀子	中村カツ子	斉藤加奈子	岩田良子	山口恒太
(10月)	松尾信子	助川公子	白井可津子	河合真	梶田みどり	相馬修一	近藤俊朗
小島良子	糸山恵美子	大筒富美子	早崎悦子	森山定雄	豊田君子	近藤俊朗	高橋勉
河合徹子	和田義盛	藤野竹子	山崎文子	矢田部光江	上嶋勝	募金箱	早崎悦子
城野真澄	浅田美子	豊後秀長	福山清蔵	田中房治	木村和枝	匿名3名	豊後秀長
林茂	宇田川雄弘	窪島紀子	募金箱	広島晴美	檜垣たか子	(1月)	共同購入
高木圭	森多美子	川北和子	匿名4名	余湖はれみ	山中光子	井上貴美子	
近藤俊朗	鈴木清次	近藤俊朗	(12月)	嘉瀬敏・志津子	豊後秀長	浜崎すみ子	
共同購入	小林峰子	森岡きぬ	田中幸治	村田紀子	吉野八重子	中里君江	
募金箱	新井良子	村上カズコ	城野真澄	本多 勲	大久保規矩夫	山田美和子	
匿名1名	秦ひろみ	若山愛子	高嶋宏明	西村典子	原 勝 代	粟井 清	

【法人及び各種団体等】 ライオンズ国際協会330B地区 東洋ロザイ株式会社(2回) カトリック鷺沼教会 日本キリスト改革派東京恩龍教会 向河原教会婦人会 心に平和をカレンダー実行委員会 寺嶋ヨガ教室 日本キリスト教団溝ノ口教会 日本基督教団向河原教会 ビーズ工房松浦 日本基督教団新丸子教会 川崎頌和幼稚園 日本基督教団川崎境町教会 日本基督教団川崎教会教会学校 日本基督教会横浜指路教会 日本キリスト教団元住吉教会教会学校 大師新生幼稚園・大師新生保育園

【10万円以上の個人・法人及び各種団体等】 リコー社会貢献クラブ・FreeWill(405,980円) 国際ソロブチミスト川崎(10万円)

川崎北ライオンズクラブ(15万円)

合計 1,899,041円

【募金箱】

募金箱の設置で以下の場所にご協力いただきました。ありがとうございました。

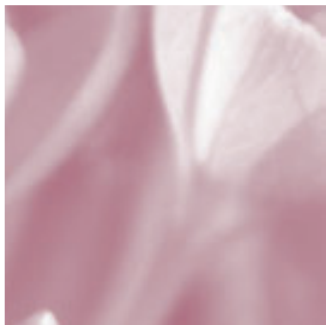
パターンプレイス

リコー社会貢献クラブ・FreeWillからのご寄付は、プロジェクター、液晶テレビ 他の購入費に充てさせていただきました。

編集後記

私事です。が、昨年ひょんなことから、右膝を骨折して、松葉杖生活を余儀なくされました。不自由な生活を強いられ、特に外出時は段差や和式のトイレ、歩道の狭さなど行く先々で困難をきわめました。この国は高齢者や病氣、障害を持っている人に対して、やさしくないなあと感じています。以前より大分改善されたと思っていたんですが、まだまだ、というのが実感です。(S)

今回の講演のテープ起しを終え、正月恒例の箱根駅伝の盛り上がりを観ながら、欧米のランナーには駅伝は広まらない、という話を思い出していた。チームで協力し合って長距離を走り継ぐ競争スタイルは、日本特有のものかもしれない。無縁社会などといわれる殺伐とした昨今、なんとか駅伝にも息づく助け合いの精神を持って、この状況を抜け出せないものなのだろうか。(M)

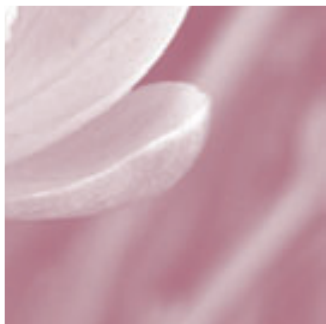


VOL.71
2011
SPRING

川崎いのちの電話

Kawasaki inochi no denwa

ひとりで悩まずに☎ 044-733-4343



CONTENTS

特集

「心豊かに生きるということ」

香山 リカ氏 精神科医

川崎いのちの電話 支援者紹介

「応援しています」黒澤 裕子さん 捜真女学校 宗教主任

インフォメーション

～開局25周年～

天満 敦子 チャリティーコンサート

社会福祉法人 川崎いのちの電話

事務局:〒211-8690 川崎市中原支店郵便私書箱17号

電話:044-434-0253

発行人:近藤俊朗

編集:川崎いのちの電話広報部

URL:http://kawasaki-inochinodenwa.org/

特 集

「心豊かに生きるということ」

第8回目となる自殺防止公開講座には、マスコミ等でも活躍している精神科医の香山リカさんを講師としてお迎えしました。バブル景気の頃から、精神科医として日本の社会を見つめ続けてきた香山さんが考える、現代人にとっての心豊かな生き方とは。

精神科医 香山 リカ 氏

豊かになれば精神科医は失業！？

私が精神科医になったのは1986年、バブル景気前夜の頃で、景気がよく、もうすぐ閉館する有楽町西武 ができた年です。東京医科大学を卒業して北海道に研修に行った年なので、東京最後の思い出に西武に行ったのをよく覚えています。「すごいなあ、これからもっともっと発展するのだろう」と思って北海道へ行きました。そこで先輩から言われた一言をよく覚えています。「精神科医は、これから失業する時代です」。びっくりして理由を聞くと、「世の中、これからは豊かでゆとりもでき、仲間と余暇を楽しむストレスは減るはず。病気で悩む人もずっと減るはずだから、精神科医は今の数で十分、これからは必要ない」ということでした。友人と「失業してしまうよ、どうしよう」と本気で話をしたものです。現在、当時の仲間たちは商売繁盛しています。本当に忙しくしています。先輩



の話は全て外れたのではなく、確かに生活は豊かになるという点では当たりました。その分ストレスが減ったかという点、生きづらい人が増えていきます。企業でもうつ病が増えていきます。私が産業医をしている企業の総務の人は「昔はもっと働いた。便利なパソコンもなく手書きだった。今の若い人はパソコンで仕事がしやすくなっているのに、なぜだろう」という話をしていました。

2010年12月25日開館

うつ病が増えたのはなぜ？

原因は、ひとつではなく複合的にあります。1998年に自殺者が3万人を超えて、それ以来一向に減りません。98年はバブルがはじけて、不況の真只中。95年はオウム事件、阪神淡路大震災があり、「どうも今までの日本の社会とは違うぞ」と思い始めました。97年は山一証券、拓銀 が倒産し、「いよいよ危うい」と実感し始めました。その中で、翌年には自殺者が3万人を越えました。当時の対策としては、この一番の原因は不況であろうと考え、まず景気対策を行いました。一番の象徴は構造改革。企業は、合理化や経費削減をして景気を良くしよう、そして今までの年功序列の終身雇用から、皆さんご存知の成果主義の導入がなされました。企業で働く人もぬるま湯から脱却し切磋琢磨して、競争をして頑張る。頑張ればそれだけ評価されるという方向転換をしました。その結果どうなったかというと、私が競争に負けて蹴落とされたらという不安感、あるいは、同僚も隣の人もライバルだけ

緊張感の高い生活

この気を抜けない、気を許せないというのは、企業内に限らずどの場所でも見られます。昔は地域社会、隣人、親戚、友人など気の抜ける場所や人間関係がありました。でも、今はどうもなくなってきました。無縁社会と言われるような地域社会の崩壊だけではありません。例えば買い物でも、以前は「この店なら大丈夫」と疑いなく買っていましたが、今では産地偽装や賞味期限の書き換えなどで信用出来ません。疑心暗鬼になっています。買い物をして大丈夫かしら、何かしたらネットに書き込まれるのではないかと、外出する時は鍵を掛けて、隣の人にも心を許せず、昔に比べて非常に緊張感の高い生活をしています。だから実際の人間関係のトラブルや仕事で残業が多いなど、ちょっとした負荷がかかると、すぐうつ病になってしまうのです。コップから溢れ出しそうな状態だからです。さらに追いつめられたりすると、生きていくことさえ止めてしまう。今の若い人は、脆弱だという意見もあります。その面もあると思いますが、気が抜けない今の社会は、誰もがうつ病の準備状態と言えるまでストレスがたまっているでしょう。実際、倒れてしまっても援助の手を差し延べてくれる人がいないのです。

昔はあった援助の手

以前はどうだったのでしょうか。例えば町内の顔役とか、親戚のおじさん、あるいは一週間くら

い泊めてくれる友達など、プライベートな生活空間で駆け込む場所や、頼れる人がいたように思います。しかしその一方、20年位前には、人間関係などのしがらみがストレスとなり、心を病んだという人もたくさん見てきました。「お嫁さん」という立場の人たちです。何世代にもわたる同居や親戚づきあい、近所づきあいなどは大変で、プライバシーはあつてないようなものだったわけです。そのような関係が苦手な人たちも大勢いたからこそ、今の時代はそれぞれの生活に立ち入らないようにしたり、核家族で住むようになっていったのです。だから結びつきの薄い社会も、嘆かわしい面ばかりとは言えません。でもそれは残念なこと、何かあった時、例えば失業したり病気になったり、借金ができたりなどで追いつめられた時には、あつという間に孤立無援になってしまうという弱点を持っているのです。そこで、援助の手を差し延べてくれる人もなく、ひとりぼっちでどうにも出来ない人たちをどうするかが、今の社会で問題になっているのです。

程よくやれない現代人

昔に戻らなくても、社員旅行や社内運動会の復活などで、社員同士結びついてやっていこうとしている企業も出てきています。成果主義にはみたくれど退職者や休職者が増えて、個人で業績を上げる人はいるが会社全体としては業績が好転しない、損失が大きいということで成果主義を見直す企業も増えてきました。企業などの組織では、ここまで戻して、これ以上は戻さないなどが出来るでしょうが、私たちの日常生活ではなかなかそうはいきません。うつ病になってしまう方たちも頑張りすぎる方がたくさんいますが、頑張りすぎることが良くないのだ、となると、突然会社を辞め、



地方に引っ越してスローライフを始めたり、全く生活を変えて違う暮らし方をしようとするのです。そこまでしなくても、残業を減らすとか日曜日は休むとかでいいのですが、それが出来ないのです。どうも私たち現代人は「程よくやる」ということが苦手なようです。

援助者こそ人生を大切に

いのちの電話のような困難な現場の最前線にいらっしゃる方は、大変なことをされているからこそ、自分の時間を大切にもらいたいと思います。現場にいらっしゃる方たちに「お正月くらいハワイとかいって羽をのばしてきたらどうですか」とか言うと、経済的な余裕のある方でも「当事者の人たちは苦しんでいるのにそんな贅沢はできない」「私だけ楽しいことをしたら申し訳ない」とおっしゃる方がいます。気持ちは分かりますが、大変なことをやっているからこそ、自分の時間を確保して、余裕があるなら自分へのご褒美として友達や家族とエンジョイする時間を作って欲しい。それが現場に戻った時に、困難な方を支えようとするエネルギーにもなっていくと思います。自分の時間を削ったり、楽しむことをやめても、逆に自分をすり減らして、いい援助ができなくなるかもしれない、むしろ弊害もあると思います。いのちの電話にかかわっている方だけでなく、高齢者の介護をなさっている方とか、家族に病気の人がいらっしゃる方とか、みんなそうだと思います。その人に寄り添って一緒に苦しんだり、悩んだり

することはとても大切なことですけど、自分の人生の中の時間はぜひ大切に、義務だと思って、あえてでも楽しむ時間を作って欲しいと思います。

気づき始めた私たち

こんなはずじゃなかった、もう少し豊かになって、みんながのんびりとおだやかに生きていけるはずだったのに、知らない間に不安と緊張感の高い、戦々恐々と疑心暗鬼になって生きているような社会になってしまいました。私たちも、もう少し気を抜いて弱みを見せたり、人も頼って、ある程度の面倒くさは引き受けても、いろいろなサービスとかシステムを使いながら地道にやっていくしかないだろうなと思います。自殺対策の問題も10～15年前に比べれば、多くの方が関心を持っています。生きること、死ぬことから目をそむけて、楽しいものを買ったり、遊んだり、新装開店の店に行ったりするだけが人生じゃない。そのことに気づき始めた人たちが大勢いることは明るい材料かなと思います。川崎いのちの電話も大変な状況だと思いますが、相談員になってくれる方が増えて、市民の方たちも支えてくれて、温かい目で見てくれる方が増えて活動できると良いなと思います。

(12月17日川崎いのちの電話主催「自殺防止事業公開講座」より抜粋 文責・川崎いのちの電話広報部)

PROFILE

香山 リカ氏



精神科医・立教大学現代心理学部映像身体学科教授。1960年北海道札幌市生まれ。学生時代より雑誌等に寄稿。その後も臨床経験を生かして、新聞、雑誌等で社会批評、文化批評、書評なども手がけ、現代人の“心の病”について洞察を続けている。著書に『しがみつかない死に方―孤独死時代を豊かに生きるヒント』『母親はなぜ生きづらいか』『上手に傷つためのレッスン』他多数。