

VOL.74

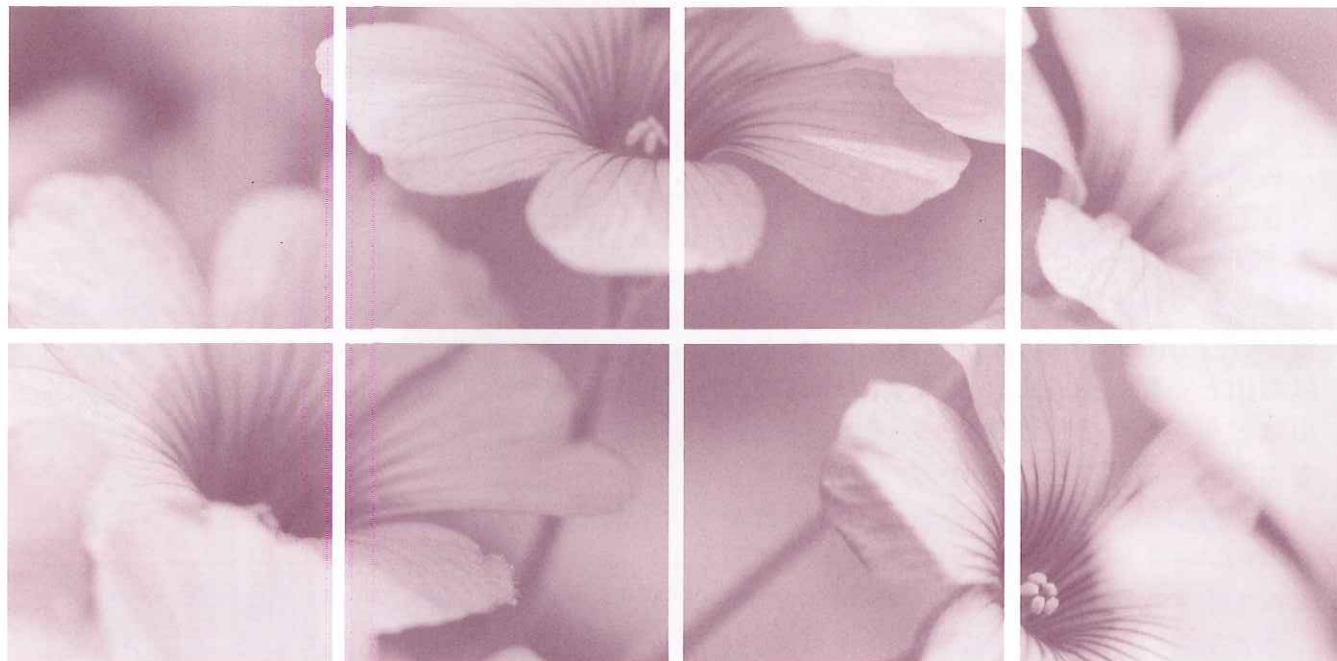
2012

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

「今を生きるために」

佐藤 初女氏 森のイスキア主宰

川崎いのちの電話 25周年感謝の会報告

インフォメーション

米良 美一 チャリティーコンサート

気に
かける。

声を
かける。

それだけで
ほっとする。

自殺予防 いのちの電話

「今生きて 話してください あなたのことを」 第5回「自殺予防！東京キャンペーン」標榜優秀賞

0120-738-556

毎月10日(要予約) 24時間・無料です(8:00~翌日8:00)

社会福祉法人 川崎いのちの電話

特集

「今を生きるために」

森のイスキア主宰 佐藤 初女 氏

森に囲まれた小さな家

私の住んでいる弘前市は、人口22万人の小さな町で、「お城と桜とりんごのまち」をキャッチフレーズにして、観光のお客さまをお待ちしています。弘前のシンボルの岩木山は「女性の山」、「母なる山」と言われ、私たちはお山と一緒に暮らしています。「今日のお山はどうだろう？今は晴れているけど」などとお天気を判断することから一日が始まります。標高1625メートルの岩木山の裾野から400メートルくらいの所に、三方を森に囲まれた小さな家「森のイスキア」があります。

私たちは、この森のイスキアを拠点に、悩みや苦しみを抱える人たちを支える、ささやかな活動を続けています。「ささやかな活動つ

てどんな活動ですか」と、どなたからも訊ねられますが、形にもなっていないし、さりとて特に決まりごともないので、大変説明しにくいのですね。「じゃ、なんにもしてないんですか」と訊ねられますがそうでもないんです。私たちは食べて生かされていますので、食材から命を頂いております。全国から訪ねてくる方々をお迎えした時は、ご飯をご一緒にして、食べることを大事にして活動しています。

おむすびで自殺を思いとどまった青年

ある青年が死にたいと思いつめて、身のまわりを全部整理していました。家族が心配して、とにかく私に会うように勧めたそうです。本人は行きたくないと拒んでいたようですが、最後は半ば背中を押されるようにして私の家を訪ねてきました。

その晩、青年は泣きじゃくりながら自分の苦しさをどんどん話してくれて、何故こんな気持ちになったのか教えてくれました。とうとう明け方になってしまいました。次の朝、青年が起きて来て「うちに帰ります」と言い出しました。折角いらしたんだから何日か泊っていってくださいと勧めても、階段の手摺につかまって「帰る、帰る」と言うのです。

ちょうどそこに、お父さんから電話があり、「途中どういことがあっても、私たちは諦めていますから、帰してください」というので、



今年度で第9回となる自殺防止公開講座に講師としてお迎えした、佐藤初女さんのお話から、その一部を紹介します。長年、心病める人を支える活動を続けておられる佐藤さんのパワーのみなもとはどんなことなのでしょう。

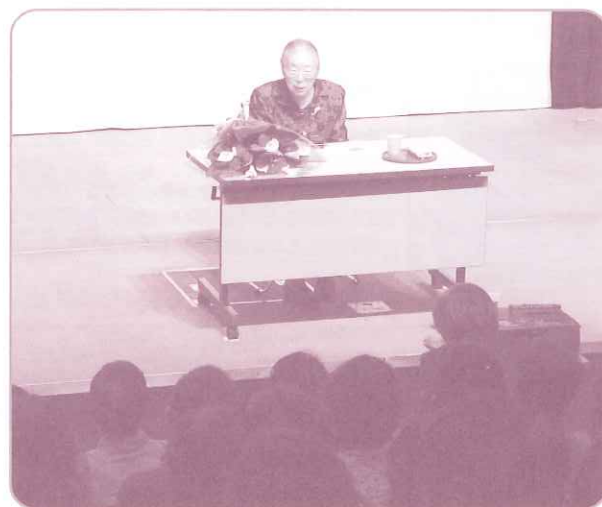
青年を帰すことになりました。新幹線に乗ると途中でお昼になるので、おむすびをおかずと一緒に詰めました。普通は玄関で「さようなら」しますが、その時は一人で帰らせないで駅まで送って行きお弁当を渡しました。

その夜のこと、青年のご家族から電話が入りました。「何かしてくださったのですか？元氣になって帰ってきました」「特別に何もしてないですよ。ただお話しを聴いただけです」そうお答えしましたが、実際、何がそんなに青年に伝わったのか、本当に分からなかったんですよ。後になって、その青年が皆さんの前で自分の体験を話されたのを聞くと、なんでもないことなんです。お弁当を開いたら、おむすびがタオルにくるまれていたからだとか…それを見た時、このように自分のことを心配してくれる人がいるのに、なんて馬鹿なことを考えているんだろうと、それが転機になったのだと話してくれました。

その人にどうしてあげるのではなく、些細なことなのですが、いつでも変わらない心で相手に接していると、神様が人の心に暗示を与えてくれるものだと思うのです。人は孤独になってしまうと、死んでしまいたいと思うようになるので、普段から孤独にならないように、周りの人が心してお仲間に入れるようにすればいいのではないかと思います。

感謝すること

ある時お嬢さんを連れとお母さんと話していて、聞かれたことがあるんです。私が、「あなたがここまで来てくれたことに、まず感謝ですね」と言いましたら、「感謝って何ですか？



どうすればいいんですか？」と。「今、ここを鳥が飛んでいます。綺麗な花が咲いています。けれども、これは誰がつくったの？」という質問に答えられる人っていませんね。「それは自然に対し感謝し、神様に感謝ということになりますね」と話したんです。私たちの生活に感謝がなければ、前に進んでいけないのではないかと思います。私のところもささやかな活動で、何ひとつ私の手でやったものはなく、皆さんのご支援でやっています。どなたと会っても、「ありがとうございます」が出てこなければいけない状態ですので、感謝で過ごしています。感謝を感じる時に、前に進んでいけるのですね。

遺族の方とお会いして

3月の雪の季節に、お母さんを自死で亡くされた方が訪ねてみえて、お母さんの命日に、一緒に雪の上で祈ってくれませんか。その時、一緒に雪の上でお祈りして、その方に言

いました。「お母さんはいない。自分の望んだところに行ったのだから、あなたはお母さんの後をやっつけていけばいいのよ」と。その方は考えて、お母さんのやっていた畑の後を今引き継いでいます。ただ泣いて、いつまで悲しんでいても、亡くなった人は決して喜ばないのではないだろうか。私たちが、その後を受け取って、それを続けていくこともまた愛情なのではないかと思っています。

聴いて受け入れる

老人ホームで傾聴のボランティアを始めて6年目を迎えました。聴いてあげることが一番です。話したい人のことをどこまでも聴いて、受け入れることです。自分の考えを押しつけたり、教えてはダメなんです。直してあげようとか、答えを出してあげたい、それは余分なことです。受け入れてみたところで、その通りいかないこともあります。その時は「こういう訳で自分は分からない、出来ませんよ」と話すのです。聴いてあげることです。その人は十分なんです。受け入れてくれると親近感が出てきます。親近感が出て、その人はどんどん話してきます。どんどん話してくると、さっぱりするんです。そこに食べ物が入ると、もっと、はつきりします。1時間、2時間と話しているうち、いつか食事の時間がきます。「一緒に食べましょう」と誘うと、落ち着いて食べてくれます。なかなか食べられない場合は、まだそこまでいっていないのです。食べるというのは本当に大事なことで、喜んで食べてくれると、大変親しくなってくるんです。

調理することは生きる姿

食べること、調理することはその人の生きる姿です。調理をしていると、いろいろ教えられます。最後まで火を使っていると、どうしても味はくどくなります。八分どおりできた時に火をとめて休んでいると、自然の味が出てきて、とても落ちついた味になってきます。「しばし お休みだね」って、ちょっと休む

ことが大変いいようです。調理して自分の生活と合わせてみて、感じたり、気づきが自然にでてきます。例えば、大根、人参を皮むき器でやると早くできますがスジが立ってきます。もしこれが自分だったらと思うと、柔らかく、きれいに皮むきをしてあげたくなる。そうすると心が穏やかになるんです。すべて自分だと思えば、やり方を変えることができるんです。

食べることは生活の基本ですから、それを大事にしていくことで、生活も良いほうに向かっていきます。自分で何かひとつでも発見したり、気づいた時は、自分の中にしまっておかないで、お互いに交換しながらやっていると楽しくなります。食事を通して話した時に、成果がはつきり出てきます。そして喜びに変わっていきます。

3月11日の大震災の時には、“おむすび”が一番みなさんの力になりました。“おむすび”を握ることは日本の文化です。“おむすび”を握ることは、みんなで出来ます。家族の輪になり、交流の輪になります。“おむすび”の不思議な力が行き渡るように、毎日毎日、心を込めて握っています。

(文責:川崎いのちの電話広報部)

PROFILE

佐藤 初女氏



1921年青森市出身。大自然の中に心病める人の憩いの場を作りたいという願いを実現させ、1992年岩木山麓に「森のイスキア」を設立。奉仕活動が続けている。「いのちの森の台所」ほか著書多数。

開局25周年感謝の会

「開局25周年感謝の会」が2011年10月29日(土)秋晴れのもと、エポックなかはらで開催されました。参加者は来賓の方々を含めて170名でした。

近藤俊朗理事長の挨拶では、「開局のきっかけは、当時の伊藤川崎市長の要請でした。地域のためにやろう!川崎市を良い街にしよう!との願いを込めて発足したのです」と開局当時の話がありました。

来賓の阿部孝夫川崎市長から、「川崎いのちの電話の活動を川崎市として高く評価しています。今後も、いのちの大切さを訴え続けて頂きたい。市としてもできる限り支援していきます」と挨拶がありました。

また、京都からわざわざ駆け付けて下さった、日本いのちの電話連盟の樋口和彦理事長は、「近藤さんとは旧制川崎中学で同級生でした。当時、自殺予防の専門家でもない素人がやれるはずがないと思わ

れていましたが、25年前に近藤さんが市民運動としてやり始めました。自殺しようとする多くの人達の、『誰も理解してくれない、思いを分ってもらえない』という思いを『誰かが聞いてくれる』ことは、とても良いことだと思う」と話されました。

ライオンズクラブ国際協会330B地区の小山正武ガバナーからは、「ライオンズクラブにも、いのちの電話委員会があり活動しています。いのちの電話相談は、いまの生きにくい世の中でとても役に立っていると思います」との言葉をいただきました。

その後、感謝状が7団体及び20名の方に贈られました。表彰者を代表して、大本山川崎大師平間寺の寺田信之常務理事から、「ひとりひとりに生きる力を与えて25年、心から敬意を表します」との謝辞をいただきました。

暫く歓談の後、相談員の合唱部

のリードで、坂本九の「見上げてごらん夜の星を」を全員で合唱しました。この歌は、定時制高校の生徒が夜道、夜空を見上げて希望を抱きながら歩いている様子を綴ったもので、そんな様子を思い浮かべていると、尚更、心にしみる歌声に聴こえました。この歌声と共に感謝の会は終了しました。コーヒールとケーキのささやかな感謝の会でしたが、開局当時の苦労話を聞き、また激励の言葉を頂いて、心新たに活動をしていこうという気持ちが湧いてきた会でもありました。

昨年の3月11日に東日本大震災があり、「いのちの電話震災ダイヤル」がスタートしました。これからは、いろいろな課題が山積みになると思いますが、初心を忘れずに皆様と共に歩いていき、30周年を迎えることができるよう願ってやみません。

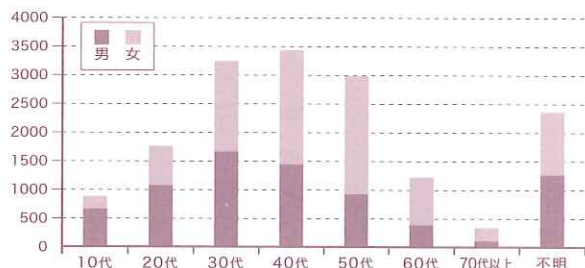
受信状況 2011年9月～12月

総受信数 **6,519 件** (1日平均 53.4件)

相談数 **4,805 件** (1日平均 39.4件)

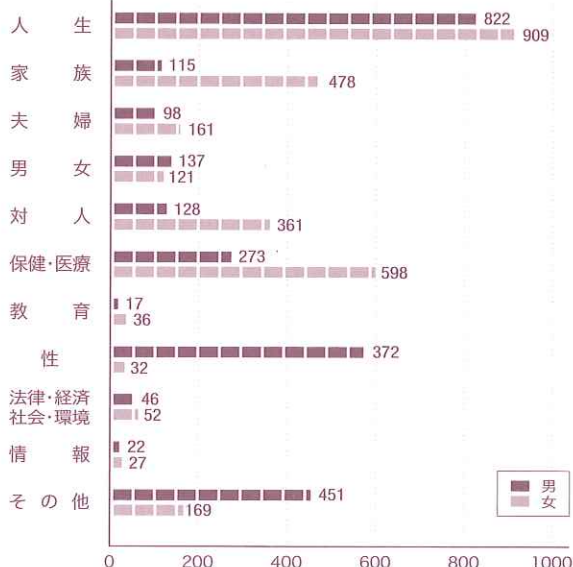
自殺志向 **523 件**

年代別相談件数 (2011年)



相談者の年代別では、30歳代を境としてそれ以下では男性が女性を上回っているが、40歳代から上の年代では女性が男性より多く、年代の上昇にしたがってその差が開く傾向が読み取れる。家族、夫婦及び対人関係の悩みを男性より多く訴える女性の電話がその一因なのかも知れない。

内容別・性別受信状況 (2011年9月～12月)



インフォメーション

川崎いのちの電話主催

「米良 美一 チャリティーコンサート」

【日時】 2012年6月30日(土) 開演 13:00/開場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】 3,500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. 00200-1-130682
 (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:044-722-7121



米良 美一 (めら よしかず)

映画「もののけ姫」の主題歌を歌って一世を風靡したアーティスト
 2007年自叙伝「天使の声～生きながら生まれ変わる」(大和書房)を出版、自身の人生経験をもとに公演活動も全国各地で展開

資金ボランティアとしてのご支援を!

川崎いのちの電話の活動は皆様の資金援助によって運営されています。多くの方々にご協力をいただきますようお願いいたします。

【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:044-722-7121

*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。

共同募金会より助成金

平成23年度分配金で
 空気清浄機3台を購入しました。



寄付感謝報告

2011年9月～
 2011年12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】 (10月)		中島 泰己	窪島 紀子	布施 喜作	府川 宏	太幡 世記子	田村 正忠
(9月)		藤井 たかね	岡本弘・正子	横山 妙子	石崎 荷典子	高木 圭	島田 恒
豊後 秀長	岡本由利子	近藤 八千代	安田 和弘	若泉 徳栄	山田 美和子	奥 秀子	広島 晴美
高橋 勉	新井 良子	和田 義盛	藤嶋 とみ子	小林 峯子	近藤 俊朗	百々 文雄	岡田 良子
白木 由紀枝	相馬 修一	糸山 恵美子	小島 良子	助川 公子	匿名 1 名	斉藤 加奈子	柴田 武子
安藤 資次	熊野 信子	井田 光政	田畑 真美子	村上 カズコ	(12月)	嘉瀬 敏	佐藤 史朗
澁谷 初美	佐藤 正明	近藤 俊朗	深瀬 正子	山中 光子	森山 定雄	山田 美和子	藤井 たかね
堀 洋子	豊後 秀長	矢田部 光江	石原 敏光	青野 勇	豊後 秀長	田中 房治	菅沼 和香子
村越 法子	佐藤 美和子	根本 智子	若山 愛子	松尾 信子	浅田 美子	折井 淳子	余湖 はれみ
岡田 英二	宮内 純子	安藤 資次	内田 三枝	中村 カツ子	初山 勝雄	片山 世紀雄	川島 真理子
岡田 良子	澁谷 初美	嘉瀬 敏・志津子	船橋 俊司	秦 ひろみ	稲川 菊代	近藤 俊朗	田中 幸治
久保 美矢子	和賀 大助	(11月)	島崎 祥子	豊田 君子	鈴木 清	小山 稀世	匿名 2 名
近藤 俊朗	石川 俊恵	梶川 明美	森岡 きぬ	吉崎 隆男	井上 美千代	豊田 君子	
匿名 3 名	森 多美子	豊後 秀長	白井 香代子	早崎 悦子	西村 典子	佐藤 美和子	

【法人及び各種団体等】 東芝ソシオシステムズ労組 東洋ロザイ(株) ビーズ工房松浦 神奈川県精神保健福祉協会

ライオンズ国際協会330-B地区 ライオンズ国際協会330-B地区いのちの電話・障害者雇用促進委員会 川崎リパティライオンズクラブ

川崎北ライオンズクラブ 川崎中原ライオンズクラブ 川崎西ライオンズクラブ 川崎稲田ライオンズクラブ 川崎百合ライオンズクラブ

富士見ライオンズクラブ 川崎向ヶ丘ライオンズクラブ 川崎生田ライオンズクラブ 川崎多摩ライオンズクラブ 川崎多摩川ライオンズクラブ

川崎北ライオンズクラブ 横浜いのちの電話 (東京)いのちの電話 埼玉いのちの電話 千葉いのちの電話 山梨いのちの電話 大本山川崎大師平間寺

横浜いのちの電話後援会 カトリック鷺沼教会 心に平和をカレンダー実行委員会 東京恩寵教会 向河原教会婦人会 寺嶋ヨガ生田教室

日本キリスト教団向河原教会 溝ノ口教会

【10万円以上の個人・法人及び各種団体等】 ライオンズクラブ国際協会330B5R 2Z(10万) センター製作部(30万)

合計 2,083,192 円

編集後記

東日本大震災と原発事故被災が続いて1年、いのちの電話は特設の「震災ダイヤル」で、岩手、宮城、福島、茨城の4県を対象に被災者の方々に寄り添う活動を続けている。私個人の受話では、仕事がないという訴えが印象的で、それも障害から立ち直る途上の方からが多い。生活弱者へのしわ寄せが一段と増えてきても無力なことに心痛む日々。(S.M)

東日本広報担当会議(埼玉)に参加して、たくさんの元気を頂きました。被災地の現実の話はとても厳しく身につまされるものでした。遠く離れていても思いは同じで、つながりを感じることができました。2年後の次回担当会議に向けて新しい出会いが始まり、問題や悩みが繰り返されるでしょうが、少しでも前に進んで行きたいと思っています。(N.T)