おきなわ
いのちの電話

第119号 2013年12月発行
相談電話
☎098-888-4343
ハハは しみじみ
毎日10時～23時
http://www.okinawainochi.jp/

いのちの電話は誰のために・・・

沖縄いのちの電話理事長
國吉　守

いのちの電話は、ひとりで悩んでいる人に寄り添う電話です。誰にも話したくない悩み、誰にも知られたくない悩みはひとりで苦しむしかないと思っている人のための電話です。自分には生きる価値がない、もうダメだ、死んだほうがましだと思っている人もぜひお電話下さい。

日本には、まだ年間三万人以上の自殺者がおり、沖縄にも年間350人以上の自殺者がおり、ほぼ毎日1人が自らいのちを絶っている現状で社会に暗い影を落としています。いのちの電話はこのような社会のニーズに応じるため東京で始められ沖縄でも1976年に開局され今日まで37年間活動を続けております。

いのちの電話は匿名性

現在、沖縄いのちの電話は120名の相談員が10時から23時までの13時間年中無休のボランティア活動を無報酬で継続しており、年間約1万件の電話相談に応じております。いのちの電話が、数ある相談電話の中でも注目されているのは、その匿名性にあるのです。悩みを話す相談者もそれを聞く相談員も互いに名前も知りませんが、ただ相談者の悩みに徹底して傾聴することによって相手の心が少し楽になり、安心して対話するようになって、互いに共感が生まれ、相手も本音で話すようになり、いのちに触れる貴重な対話ができてくるのです。だから、いのちの電話は常に相談者の悩みに寄り添う電話であり、相談者の味方なのです。ですからいのちに関わるどんな小さな悩みもほっておくことなく、早めに相談することによって解決に向けて一歩踏み出すことが大事です。

自殺予防が第一の使命

いのちの電話は自殺予防の電話です。今日、自殺念慮のある人は自殺者の10倍もいると言われています。而も最近、自殺願望の人が40代50代の人を超えて20代30代の若者が増えている現状は、見過ごせません。それは3.11の三重の災害による不安定な社会の影響で若者たちが将来への希望を失っているからだと憂慮し、一日も早い復旧、復興を望みます。

相談員の献身的活動

いのちの電話の相談員は2年間の訓練を受けています。自分の職を持ちながら、家庭を守りながら無報酬で、大事な時間をさいて相談活動に従事しています。相談員のこのような献身的な働きによっていのちの電話は維持されています。それは相談員の一人のいのちも失われてはならないという、いのちに対する尊厳と隣人愛から生まれる尊い活動です。

フリーダイヤルの活用

国もいのちの電話の活動を重視して2001年から毎月10日をフリーダイヤルとして相談者の電話料を国が負担するようになり、全国50のセンターが、24時間体制で臨んでいます。沖縄県も玉城議員のご協力もあっていのちの電話の活動に理解を示し、その自殺予防の宣伝広報活動費を支援していのちの電話の自殺予防の働きを大きく支援しております。

沖縄といのちの電話

県人は、踏まれても立ち上がる沖縄のいのち草です。1609年の慶長の役や太平洋戦争の惨劇や戦後の基地問題などの苦難と困難の痛みを覚えていますが県人は、これらの障害を乗り越えて前進しております。それは「命どう宝」「イチャリバ　チョーデー」のいのちの尊厳と隣人愛のチムグクルに培われたからです。WHOも9月10日を世界自殺予防デーとして定めています。自殺者0（ゼロ）を目標とし、一人でも自殺者が減少するよう共に最善の努力をしましょう。

2013年度沖縄いのちの電話・主な動き
（2013年4月～2013年10月）

・・・自殺予防フリーダイヤル実施中・・・
実施
日　時：毎月10日
8時～23時

・・・2013年度沖縄いのちの電話相談員認定証授与式＆交流会・・・
開講
日　時：5月28日
認定者：77名

・・・2013年度カウンセリング公開講座開講・・・
開講
日　時：6月6日～9月12日
（全15回）
受講者：53名

・・・日本いのちの電話連盟総会・・・
参加
日　時：6月７日
場　所：関西セミナーハウス
参加者：浜端　宏次
（事務局長）

・・・第10回九州地区いのちの電話事務局担当者会議・・・
参加
日　時：6月15日～16日
場　所：福岡いのちの電話主催
参加者：事務局員

・・・日本いのちの電話連盟事務局長会議・・・
参加
日　時：7月17日～19日
場　所：福島県郡山市
参加者：浜端宏次
（事務局長）

・・・平成25年度沖縄県自殺予防広報プレゼン・・
参加
日　時：8月12日
場　所：沖縄県庁会議室
参加者：浜端　宏次
（事務局長）

・・・平成25年度沖縄県自殺予防対策連絡協議会・・・
参加
日　時：8月14日
場　所：沖縄県県庁会議室
参加者：大西正子（運営委員長）

・・・平成25年度アディクション連絡会議・・・
参加
日　時：9月５日
場　所：沖縄県総合精神福祉センター
参加者：渡久山朝裕（運営委員）

・・・2013年度カウンセリング公開講座修了式・・・
修了
日時：9月12日
修了者：43名

・・・第44期電話相談員養成講座開講・・・
開催
日　時:10月3日～2014年3月6日
受講者：34名

・・・第31回いのちの電話相談員大阪大会へ参加・・・
参加
日　時：10月25日～27日
場　所：大阪国際センター
参加者：相談員12名

おススメの本

僕を支えた母の言葉

野口嘉則の著書『僕を支えた母の言葉』を紹介します。

この本は、著者の知人の実話です。

二〇〇八年に動画共有サイト「You tube」にアップしたところ、一三〇万を超えるアクセスが、あったそうです。

この本のあとがきにこう記されています。

この話がなぜたくさんの人の感動を呼ぶのかということについて、生きていく上で大切な３つのことを教えてくれているからだと思います。

一つ目は、本質をみることの大切さ

二つ目は、言葉の力

三つ目は、今という時間のかけがえのなさ

です。

本書を通して、こうしてあなたと出会えたご縁に感謝します。あなたはきっと、どんな出来事をも学びに変えて、素敵な人生を歩んでいかれることでしょう。

「大丈夫、あなたは素晴らしいんだから」私は、何度読み返しても涙が溢れます。

（T・N）

皆様のご厚意に心より感謝申し上げます

♥寄付金（2013年4月～2013年9月）109件　835,000円
今回も、たくさんの団体、企業、個人の方々から、沖縄いのちの電話へご寄付いただきました。本紙を借りて、心より厚く御礼申し上げます。今後とも、沖縄いのちの電話の活動をご支援いただきたく、よろしくお願い致します。（詳細は下記の通り）

♥ 団体40件　寄付金 216,000円

博愛病院
なごみ医院
パンセの会
繁多川食品
第九法律事務所
浦添ナザレン教会
司法書士　伊仲誠保
司法書士　金城政敏
司法書士　親泊恵子
地蔵院　金城　永眞
日高司法書士事務所
名城眞治クリニック
あすなろ司法書士法人
くくる司法書士事務所
やえせ司法書士事務所
医）正清会　久田病院
株）琉薬　神谷　朝雄
久米島司法書士事務所
玉城繁美税理士事務所
高江洲司法書士事務所
司法書士　青木事務所
司法書士　染矢　弘芳
司法書士　与那覇恵章
城間公認会計士事務所
中村敦司法書士事務所
医）天仁会　天久台病院
司法書士法人　匠事務所
上原正一司法書士事務所
仲松照夫司法書士事務所
髙嶺善包公認会計士事務所
山本クリニック　山本和義
宗）宇地泊キリストの教会
仲眞みちよ司法書士事務所
医）一灯の会　沖縄中央病院
イスキアのおむすび　めえみち
沖縄キリストの教会志良堂セツ
医）和泉会いずみ病院高江洲義英
きゃん司法書士事務所
ウィメンズメンタルクリニックみなみ
那覇西クリニック

♥ 個人44件　他匿名20件　寄付金 619,000円

上原　篤
知念　孝
中村　完
菊池　正則
桑江　苗子
タナカ　ジロウ
山根　邦夫
松川　園子
照喜名　通
上原　浩一
上地　孝子
水島　桃子
石川　康子
前原　正治
大城　光代
大城　蔦枝
大城　芳子
大森　節子
大田　守宣
池宮　繁子
池原　應子
田里　友治
渡部　節子
八木　洋子
比嘉　幸吉
比嘉　正信
浜端　宏次
富山　幸祐
平良　直樹
名嘉　勝正
安次富ヨシ子
喜納　ひろみ
宮里　由美子
佐久川　博美
山城　喜美子
諸見里　輝雄
小波津　淳子
大城　みどり
仲宗根　泰昭
仲村　美津枝
渡久山　朝裕
平良　エミ子
芳澤　江美子
鷲見　利江子

（順不同・敬称略）

「いのちの電話」を資金ボランティアとして支えて下さい

寄付の振込みは
★郵便振替　02080-0-15575
沖縄いのちの電話
★琉球銀行　本店　普通預金　1018294
社会福祉法人琉球キリスト教奉仕団
沖縄いのちの電話　理事長　国吉守

『沖縄いのちの電話』の活動は、その趣旨をご理解いただいた多くの市民、病院関係者、各団体等の善意によって支えられています。
相談員の育成費、事務経費等、多額の運営費が必要です。一人でも多くの方に、資金ボランティアとして、ご支援いただけることを願っております。私達『沖縄いのちの電話』の活動へのご理解とご協力を、よろしくお願い致します。

リレーエッセー

私の母が亡くなって二九年、あまり怒るところを見たことがありませんでした。母が亡くなり二〇年経った頃、こんな出来事を知りました。

父の用事で役所に行ったときのことです。三〇歳前後の男の方が窓口対応してくれました。私の書いた住所や名前を確認するかのようにじっと見ていました。必要な書類を受け取るとき「〇〇さんのお姉さんですか」と、弟の名前を言って話しかけてきました。私は少し驚きましたが、「そうですよ、弟の同級生ですか」と聞いたところ、彼は更に話し始めました。

「僕は〇〇さんのお母さんに助けてもらったことがあります。今でも忘れる事はありません。絶対に忘れません。中学1年生の頃、中学3年生の不良2～3名に追いかけられ、〇〇さんの家に逃げたところ、お母さんは家の中に入れて、かくまってくれました」そのとき弟は留守をしていたようです。

私は話を聞きながら涙が溢れ、彼も涙ぐんでいました。彼の中にも、母が存在していたと思うと、胸がいっぱいになり「母を覚えてくれて本当に有難うございました。母も天国で喜んでいます」「いつかお礼を言いたかったのに・・」彼の気持ちは痛いほどわかりました。

お互い無言のまま、長い時間が経った感じでした。私は彼にお礼を告げ役所を出ました。今でも信じられず奇跡のような出来事でした。だけど、母にとっては当たり前のことだったと思います。

T・N

沖縄いのちの電話における相談件数一覧

2013年（H25年）4月～9月

沖縄いのちの電話では、365日、午前10時～午後11時まで、電話相談を行っています。
相談の電話は、沖縄からの電話ばかりではなく、全国から電話がかかってきます。
また、毎月10日は、フリーダイヤルで「自殺予防いのちの電話」を全国一斉に行っています。

☆項目別の相談件数（2013年4月～9月まで）フリーダイヤル含む

項目	人生	思想	職業	経済	家族	夫婦	教育	対人	男女	身体	精神	情報	その他	合計
男	274	15	90	40	85	25	7	76	67	76	543	56	939	2293
女	374	7	72	31	256	110	16	181	77	75	1976	49	115	3339
合計	648	22	162	71	341	135	23	257	144	151	2519	105	1054	5632

☆年齢別の相談件数（2013年4月～9月まで）フリーダイヤル含む

年齢	9才以下	10代	20代	30代	40代	50代	60代	70代以上	不明	合計
男	0	208	326	355	751	336	109	17	191	2293
女	0	55	514	562	638	1137	317	16	100	3339
合計	0	263	840	917	1389	1473	426	33	291	5632

編集後記

今年は酷暑、猛烈台風、大雨、地震….私たちの生活やいのちを脅かす自然の猛威は凄まじいものである。地球が悲鳴をあげているのでしょう。健康管理指導員として病気の予防を呼びかけているが、その中でスローライフ&ロハスを提案している。人生を豊かにしていくことを目的に、慌ただしい生き方を見直し、環境と人間の健康を最優先し、目先のことだけではなく10年後、100年後を見据えた暮らしである。いのちの電話相談員としていることは私の人生を豊かにする生き方の１ページである。今回も広報誌作成に携われることに感謝。

☆彡 STAR

沖縄いのちの電話　発行責任者 理事長 国吉守　事務局 ☎ 098-888-4747　編集 広報委員会