おきなわ
いのちの電話

第120号 2014年5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/

日本いのちの電話連盟研修委員長
福山清蔵 氏 来沖

沖縄いのちの電話相談員研修会開催
「自殺に対する危機介入」の基礎

2014年2月、沖縄いのちの電話相談員の研修会が開催され多くの相談員が参加しました。
研修会の講師は、日本いのちの電話連盟研修委員長の福山清蔵氏。

《第一部:自殺に対する危機介入の基礎》

沖縄いのちの電話には年間約1万件の相談が寄せられますが、生き方、人間関係、こころの相談等その内容は幅広く、特に自殺企図、決行予告の電話には相談員の緊張はさらに高まります。

基本的には、相談者の苦悩への受容と共感が大切ですが、危機介入においては、具体的な関わりと知恵が求められます。

まず、第1に自殺の手段から遠ざける。
2. 相談者を落ち着かせて、自殺企図に至った動機や背景を理解する。
3, 手段と時期を確認する。自殺未遂経験も見逃さない。
4. 今日できること、当面考えられる支えと明日につなげる工夫を一緒に考える。
5. 身近な支援（他機関）に繋げる。

自殺の要因や動機は単一ではなく、一つ一つの苦痛や問題が次々に重なって追い詰められていきます。最初の苦痛体験から5年ほどの経過で、実行に移していくと言われます。

●福山清蔵（ふくやませいぞう）氏プロフィール●

立教大学名誉教授
日本いのちの電話連盟研修委員長
○研究分野
福祉臨床心理学、自殺予防学、カウンセリング心理学
○主な著書に、「カウンセリング学習のためのワークブック」、「入門カウンセリングワークブック」、「実践カウンセリングワークブック」、「お母さんはカウンセラー」、「臨床心理学」、「電話相談の実際」、「コミュニティ福祉学入門」、「コミュニティ心理学ハンドブック」

《第二部:ケースのロールプレイ》

第二部のロールプレイでは、架空のケースをペアで読み合わせを行い、自殺危機介入の仮想体験をしました。相談員としての具体的な関わりと知恵について、学びを深めました。

男性は、誰にも相談することなく一度の決行で死に至る傾向があります。ですから、男性からの自殺志向の電話は重要な防止の機会になります。一方、女性は人に打ち明けるネットワーク型が多いようです。

相談員は聴くことを通して、ほんの束の間、相談者ひとり一人の絶望の心理を理解し、孤独を癒したり、不安を和らげたりすることができることを再確認する有意義な研修会でした。

2013年度沖縄いのちの電話・主な動き（2013年11月～2014年3月）

・・・研修担当者セミナーへの参加・・・
（沖縄県委託事業）

参加

日時:11月3日
場所：愛知県名古屋
参加者：事務局２名

・・・専門家の為の研修会の開催・・・

日時：11月月6日～（4回講座）
参加者；４人

開催

・・・第43回京都ファンタジー グループ研修会へ参加・・・

参加

日時：11月17日～18日
場所：京都・日吉の家
参加者：相談員3名

・・・いのちの電話の将来を考える会 研修会へ参加・・・

参加

日時：12月22日～23日
場所：千葉県・メイプルイン幕張
参加者：渡久山運営委員

・・・沖縄県自殺対策連絡協議会へ参加・・・

参加

日時：1月21日
場所：沖縄県庁
参加者：浜端事務局長

・・・相談員向け出前講座を開催・・・

日時：2月1日
参加者：相談員約30名

開催

・・・いのちを守るフリーダイヤルを実施・・・

実施

（沖縄県委託事業）
日時：2月14日～3月14日
10時～17時

・・・第44期電話相談員養成講座修了式・・・

日時：3月6日
修了者：27名

修了

養成講座を終えて・・44期生の声・・

◆相手を受け入れる、共感することは、日常で活かす大切なこと、素晴らしい学びでした。
◆修了を迎え、不安も大きいですが、誠実な心で、コツコツ続けていこうと思います。
◆一人でも多くの方の心の声を聴ける様に努力します。
◆これから相談員としてのスタート、学びながら成長していきたい。
◆講座を修了し、ホッとしています。
◆意気込みより、不安でいっぱいです。

◆無理をせずに、少しでも長く活動できるように努力したい。
◆日頃から、話し相手が居るだけで、生活が変えられる事を実感している。
◆１年間、よく頑張った！と自分を褒めてあげたいです。
◆自信はありませんが、まずは行動に移すことから始めていきたいです。
◆相手の気持ちに寄り添い、いつも初心を忘れる事なく、勉強したことを生かしたい。
◆少しでも成長することが出来るように励みたい。
◆気を引き締め、謙虚な気持ちで長く続けられるように頑張りたい。
◆これからがドキドキです。
◆多くの学びがあり充実した研修でした。

皆様のご厚意に心より感謝申し上げます

♥寄付金（2013年10月～2014年3月）115件　734, 140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（57件）　373, 640円

ウイメンズメンタルクリニックみなみ
さよウイメンズメンタルクリニック
翁長公認会計士・税理士事務所
イスキアのおむすび　めえみち
日本キリスト教団　石川教会
日本キリスト教団 高原教会
日本キリスト教団 糸満教会
日本キリスト教団 首里教会
日本キリスト教団 読谷教会
仲眞みちよ司法書士事務所
外間盛善司法書士事務所
司法書士上原浩一事務所
上原正一司法書士事務所
親泊恵子司法書士事務所
石垣和博司法書士事務所
仲松照夫司法書士事務所
登川喜永司法書士事務所
八重の森事務所安里長従
沖縄美術広告　山城政江
司法書士法人　匠事務所
宗）宇地泊キリストの教会
特医）葦の会オリブ山病院
いけいクリニック伊計直麿
一銀クリニック　城間功旬
医）天仁会　天久台病院
那覇新都心キリスト教会
久米島司法書士事務所
宗）与勝バプテスト教会
きゃん司法書士事務所
首里バプテテスト教会
医）宇富屋　玉木病院
医）卯の会　新垣病院
医）正清会　久田病院
博愛病院　仲本　政雄
沖縄キリスト教協議会
司法書士　中村　雄次
司法書士　与那覇恵章
司法書士　屋宜　宣勇
司法書士　勝俣　京子
司法書士青木事務所
池城司法書士事務所
司法書士　大田守宣
平敷司法書士事務所
矯風会読谷グループ
司法書士　上原　篤
司法書士　橘　和起
おきなわんドリーム
司法書士　中村　敦
礼邦バプテスト教会
名城眞治クリニック
地蔵院　金城永眞
第九法律事務所
山元クリニック
田本クリニック
福の木診療所
相愛幼稚園
繁多川食品

（順不同・敬称略）

♥個人（匿名希望含めて58件）360, 500円

佐久間　美佐子
タナカ　ジロウ
喜屋武　正一
宮城　佳代子
金城　政太郎
山城　喜美子
諸見里　輝雄
大久保　英子
大城　千恵子
仲宗根　忠真
渡嘉敷　唯正
渡久山　朝裕
島袋　喜代子
芳澤　江美子
北川　佐和江
平良　エミ子
伊仲　誠保
永吉　盛元
菊池　正剛
宮城　さとし
宮城　嘉子
宮城　光子
高良　芳子
高嶺　善包
謝花　伸一
照屋　尚子
上地　孝子
新垣　信子
新垣　洋子
水島　桃子
船越　英重
大城　光代
大城　蔦枝
大城　芳子
大西　正子
仲里　朝治
田里　友治
桃原　幸子
当真　安子
帆足　英二
比嘉　正信
比嘉　哲夫
浜端　宏次
富山　幸佑
金城　武男
國吉　守
中山　勲
國吉　昇

その他
現役相談員10人
（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、その主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。

☆2014年カウンセリング公開講座☆

募集中

沖縄いのちの電話相談員をやってみたいけど・・・、
自分にできるのか分からない・・と思案中の方、どうぞ、この機会に公開講座の門を叩いてみませんか。貴方にも出来ます！！
公開講座は、どなたでも参加できますが、事前申込みが必要です。
また、公開講座修了後には、相談員を目指す方向けの養成講座があります。
お気軽に、沖縄いのちの電話事務局へお問い合わせ下さい。

◆日程：二〇一四年六月十二日（木）～九月十八日（木）（全十五回／毎週木曜日）
◆時間：午後7時～9時
◆会場：カトリック安里教会　1階ホール
◆受講料：二万円
◆問い合せ先：沖縄いのちの電話事務局　電話098-888-4747まで

回	月	日	講座概要	講師(敬称略)	備考
1	6	12	開講式／講話	野村　学	田崎病院　臨床心理士
2		19	カウンセリング概論	早田　真吾	天久台病院　臨床心理士
3		26	現代概論家族の病理	座間味　宗治	米海軍病院薬物専門カウンセラー
4	7	3	発達障害について(1)	財部　盛久	琉球大学教授
5		10	沖縄県における児童虐待の現状	（交渉中）	児童相談所
6		17	ホームレスの人々への支援活動	山内　昌良	NPO法人プロミスキーパーズ代表
7		24	うつ状態の方への対応・認知行動療法	仲本　晴男	沖縄県総合保健福祉センター所長
8		31	ギャンブル依存症をサポートする	稲田　隆司	かいクリニック院長
9	8	7	解決志向アプローチ	長田　清	長田クリニック院長
10		14	エンカウンター	仲村　将義	教育カウンセラー（高校教師）
11		21	カウンセリング理論（援助的対応の基本）	大嶺　歩	臨床心理士
12		28	カウンセリング基礎演習 (1) 支持をする	大兼　千津子	臨床心理士
13	9	4	カウンセリング基礎演習 (2) 非指示的対応	大兼　千津子	臨床心理士
14		11	カウンセリング基礎演習 (3) 迷いに寄り添う	渡久山　朝裕	沖縄県立看護大学准教授
15		18	まとめ／修了式	渡久山　朝裕	沖縄県立看護大学准教授

（注）左記の内容は、変更される場合があります。

沖縄いのちの電話における相談件数一覧

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。
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1月～12月まで）フリーダイヤル含む

	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	543	32	177	94	170	57	24	184	118	135	1,178	109	1741	4,562
女	761	24	147	76	543	206	27	375	155	161	3,073	109	211	5,868
総計	1,304	56	324	170	713	263	51	559	273	296	4,251	218	1,952	10,430

☆年別の相談件数の推移(統計は毎年1月～12月で集計)

平成	15年	16年	17年	18年	19年	20年	21年	22年	23年	24年	25年
西暦	2003	2004	2005	2006	2007	2008	2009	2010	2011	2012	2013
相談件数総数	10,697	10,752	11,807	11,165	10,403	10,484	9,400	11,566	10,938	9,734	**10,430**
（内自殺志向）	112	213	168	177	300	654	736	1,039	1,057	1,660	**1,693**
相談員延人数	2,273	2,110	2,186	2,089	1,844	1,839	1,884	2,230	2,146	3,104	**2,122**
相談員数12月末	120	98	96	106	103	107	82	87	69	118	**91**

編集後記

25年前沖縄に家族で引っ越ししてきた頃、子どもたちの学校給食は先割れスプーンを使っていた。これは変ではないか？と、おもいきってPTAの広報部に入った。いつかその事を取り上げたいと思ったからだ。
その時以来、活動は変われど、広報といわれる所に籍を置いてきた。しがみついていると言ったほうがいいかもしれない。できることは少ないが、紙面を作ることは絵を描いている感じがする。
いのちの電話に関わるようになって、既に10年にもなり、いのちの電話の広報も10年間、所属していることになる。さまざまな広報に携わりながら、自身が進歩していないのが悩みだ。
数年前にばあちゃんになった。ばあちゃん業も大変だ。今年も呼ばれて、さむ～い新潟へ行ってきた。帰る頃は満開の桜。去年の同季節を思い出し、孫の成長と重なり、時が経つのは早いと感じる。ばあちゃん業、いのちの電話と広報、どれもむずかしいと思う日々です。

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