

おきなわ いのちの電話

第127号 2017年12月発行 相談電話 和3098-888-4343 バハは しみじみ 毎日10時~23時

http://www.okinawainochi.jp/

死から生をみつめる

沖縄いのちの電話 事務局長 浜端 宏次

聖路加国際病院名誉院長の日野原重明氏が7月18日に105歳で天に召されました。日野原先生の業績は多岐にわたりますが、何よりも、人々に対する愛を徹底して実践された生涯であった思います。先生は全国の200以上の小学校で、長年「いのちの授業」を開催して来られました。その中で、"いのちとは私たちが持っている時間のことであり、人間のいのちは決してその人自身のものではなく、愛する人や、親や子、友人、社会の多くの人々に、自分の心と思いと行動をどれだけの時間を費やし、分かち合っていたかによって、真の人間としての話がなされる。いのちは見えないけれど、自分の時間を使っていることが生きている証であり、時間の中にいのちがある"と語っています。

現代に生きる私たちにとっても、日常的に死は身近にあります。病による死、交通事故死、通り魔・テロによる惨劇、 地震等の自然災害による天災死、 貧困による飢餓死、 感染症による死、男女の愛憎による殺人、戦争での集団死など目を覆いたくなるような不条理な事件、 惨劇、悲劇が後を絶ちません。誰もが、いつ命の危険にさらされたり、 命が絶たれるかもしれません。ある意味では、人生は闇であり、私たちは突然奈落に突き落とされるかもしれません。そこで平素から死に備えた生き方、 悔いなくより良く生きる備えをしなければなりません。

人間の死の中で、自殺による死ほど悲しいものはないのではないでしょうか。人間が自由意志を持った霊的な存在である以上、自殺を完全になくすことは難しい面があります。死を想うほどの苦しみの極致にある人の心を、完全に理解することは難しく、その内面、心情には他人にはうかがいしれないものがあります。苦しんでいる人ほど孤独になっているものです。そんな身体的、精神的、霊的に病んでいる人と関わる者は、その人の痛みや苦しみをすべて引き受けることは

できません。そこには限界があります。自ら限界があることを知ることが大切です。自分の精神の健康を守り、人それぞれの才能、賜物を十分に活かすためには、相手との人間関係において健全なバウンダリー(境界線)を設定することも大切です。義務感にとらわれることなく、自分らしく相手を思い、真摯な姿勢と態度で関わっていく時に、相手との信頼関係が生まれてくるのです。

そのためには自分の感性を磨き、人としての品性と人格を陶冶して、成熟した人間力をつくりあげていく努力を積み重ねていくことが必要ではないでしょうか。それは、相手との心のふれあいの経験を重ねていくことでしか得られないように思います。その人の心の声を聴いてその気持ちに寄り添うということは、お互いの深い信頼関係をもとに同じ時間を共有しているということだと思います。

死を考えるほどの苦しみの中にいる人と関わるとき、関わる人がその人なりの死生観を持っていることも大切です。私たちは日常生活において、頻繁に死を見聞きし、また、私たちは必ずいつか死ぬということを知っています。死を考えるということは、 死から自分の生き方を見つめ直すことです。それは、 いのちについて考えることでもあります。このようなことについて考えることは、 相談活動に携わる者にとって成長と資質向上のために、 今日求められているように思えてなりません。



2017年度沖縄いのちの電話・主な動き (2017年4月~9月)

☆2017年沖縄いのちの電話相談員 認定証授与式及び第47期生歓迎会

日 時:5月23日 認定相談員:50名

☆日本いのちの電話連盟総会

日 時:5月26日 場 所:東京 参加者:事務局長

☆日本いのちの電話連盟・事務局長会議

日 時:5月26日~27日

場 所:東京 参加者:事務局長

☆2017年カウンセリング公開講座開議

日 時:6月8日~9月21日(全15回)

受講者:50名

☆インターネッット相談研修会

日 時:6月17日~18日

会場:福岡市 参加者:事務局員1名

☆2017年電話相談京都ワークショップ

日 時:6月23日~25日

会 場:京都 参加者:相談員6名

(報告&感想)

- ○相談の背後を考えるためには、受容と傾聴を 基本に「今、ここで」確かに「聴く」ということを 順守・留意しながら謙虚に携わりたい(AK)
- ○自分の価値観に客観的な目を受け、それが自 己覚知につながり、自分を知ることで何らかの 役に立つことができ、少しでも悲しみのある人 と共存できたらと願っている。(KY)
- ○どういう人生も自分が主役、良いことも悪いこ とも自分が引き受けた人生、切り開くのは自分 です。自分に素直に。(TM)
- ○会場は、静かな素晴らしい森に囲まれた環境 で、茶室や庭園等、見所満載。夜の懇親会では 他県のIDの実情も聞け、有意義な3日間だっ た。(NM)
- ○「ジュノグラム」は相談者の話を図にしていく 手法、客観的に聴くことが出来るので、上手く 書きこなせれば有効活用できる。相談を聴い て自分の絵の具で塗るような話の聴き方は失 礼である。自分と重ねて話を聴かないように注 意したい。(TT)

☆第38回北九州いのちの電話主催 自殺予防シンポジウム

日 時:9月3日 会場: 北九州市 参加者:相談員2名

(報告&感想)

- ○久里浜医療センターでは2011年にネット依 存専門を始めた。ネット依存は、主にオンライ ンゲームとSNS。オンラインゲームは相手が 居り、依存症になりやすい。患者は若者が多 く、ネット依存が疑われる中高生は約52万人 で、2013年の調査では、成人約420万人が ネット依存で、増加傾向にある。(NK)
- ○ネット依存の症状は睡眠障害、学業仕事への 影響、家族や対人への暴力、引きこもり、ネッ トいじめ、脳機能発達への影響、様々におよ ぶ。北九州PTA協議会の取り組みで「スマホ・ 携帯夜10時電源OFF運動」があり、子供だけ ではなく、親も一緒に切るという運動である。 友達と繋がっているつもりが、繋がれている という現実、休まらない精神。その制約から一 旦離れ、他に大切にすべきことを取り戻す趣 旨である。(SN)

☆平成29年度自殺対策県機関連絡会議

日 時:9月6日 参加者:運営委員1名

☆2017年度カウンセリング公開講座修了式

日 時:9月21日 **修了者:**42名

☆第41回自殺予防学会

日 時:9月23日 会場:つくば市 参加者: 運営委員1名

☆第42回日本自殺予防シンポジウム茨城大会

日 時:9月24日 会場:つくば市

参加者:運営委員1名、相談員1名 (報告&感想)

○自殺を理解するキーワードは「孤立」。周りに 助けてくれる人がいない状況の人、対照的に 周りに家族や友人が居り、助けの手を差しの べようとしているのに、うつ病や統合失調症 の心の病から、自ら孤立を招いている人もい る。心の叫び「救いを求める心」を周囲の人 が受け止め、孤立しか解決策はないといっ た、心理的視野狭窄に陥っている人々に段 階的にアプローチしていけば自殺予防につ ながると感じた。(TN)

皆様のご厚意に心より感謝申し上げます

♥♡♡ 寄付金(2017年4月~2017年9月) 135件 682,000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にご支援を賜りますよう、よろしくお願い致します。

(詳細は下記の通り)

♥ 団体 52件 287.000円

幸喜令信

桂産業 繁多川食品 よきサマリヤ人伝道所 宗)宇地泊キリストの教会 久米島司法書士事務所 戸田貴仁 司法書士 砂川盛義 赤嶺真也法律事務所 山本クリニック 山本和儀 こころ法律事務所 幸喜・稲山総合法律事務所

司法書士 新城優子 司法書士 喜屋武力 司法書士 高江洲幸一 親泊恵子司法書士事務所 浦添ナザレン教会 (株)ブレインやぎ 代表取締役 屋宜強 登川喜永司法書士事務所 医)フェニックス博愛病院 仲本政雄 医)一灯の会沖縄中央病院 久場禎三 一銀クリニック マラの会 城間和子 ウイメンズ メンタルクリニック みなみ 日本キリスト教団 読谷教会

司法書士 上原正一 司法書士 上原浩一 名城眞治クリニック 名城眞治 比嘉木綿子司法書士事務所 司法書士 中村敦 天久台病院理事長 平良直樹 (有)沖縄経営経理事務所 安和朝栄 屋宜宣勇司法書士事務所 医)卯の会新垣病院理事長 新垣元 大田守宣司法書士事務所 当山恵子司法書士事務所 司法書士 青木事務所 みなみ風司法書士事務所 司法書士 田場兼正事務所 同法書士 座波和弘 大田・田中法律事務所 大田朝章 司法書士 全城政太郎 司法書士 比嘉憲次郎

*繁多川食品様と宇地泊キリストの教会様には、毎月ご寄付頂いております。

♥ 個人 (居名44件含) 83件 395,000円

安里清榮 安里芸朝王 安里芸朝保 大人 大大 大 大 大 大 大 大 大 大 大 、 大 、 、 、 、 、 、	勝俣京子 北川佐和枝 喜名ひろみ 金城永眞 金城弘子 金城満珠男 佐久間美佐子 鮫島貴子	島袋喜代子 高遊 高遊 高遊 田里 京 京 京 京 歌 京 歌 京 歌 京 歌 京 歌 京 歌 京 歌 京 歌	長田清 仲村和恵 仲村完 西平守儀 野瀬里美 野原初枝 比嘉正信 又吉信徳	宮城嘉子 宮里潔 宮里武利 諸見里輝雄 安田のり子 芳田眞喜人
---	---	--	--	--



『いのちの電話』を資金ボランティアとして支えて下さい

ご寄付のお振込みは

★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 の方々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。

∞ はっぴーらいふ

者かりし頃はおしやれだった。服に対す
「キュート」「カッコ
「キュート」「カッコ
「できる女風」「カジュアル」「合コン用」「ディスコ用」等多かった。なのに、今は「安心感」「今風」の2つした。なのに、今は「安心感」「今風」の2つした。なのに、今は「安心感」「今風」の2つした。なのに、今は「安心感」「今風」の2つした。なのよ」と教えてもらった。悪くはないがぴったりではない。職場にいる若い同僚に聞くと「ガウではない。職場にいる若い同僚に聞くと「ガウではないがあった。「どの色でもいいがぴったり、東京でアパレル会社に勤務して帰ってくれたのは、細身のモスグリーンかり、来のと今風の服の着方が分かり、新しい自分になれた気がして嬉しかった。(K)



沖縄いのちの電話における相談件数・ 2017年(平成29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「自殺予防いのちの電話」フリーダイヤルを全国一斉に行っており、昨年7月 から「熊本地震フリーダイヤル」(0120-87-4343)の一局も担っております。

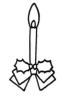
☆項目別の相談件数(2017年4月~9月まで)フリーダイヤル及び熊本震災ダイヤル含む

卿	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	456	8	101	43	98	91	19	91	105	122	520	26	568	2,248
女	404	22	111	24	241	81	12	184	74	175	782	26	125	2,261
計	860	30	212	67	339	172	31	275	179	297	1,302	52	693	4,509

☆年齢別の相談件数(2017年4月~9月)フリーダイヤル及び熊本震災ダイヤル含む

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	98	180	261	415	412	230	13	639	2,248
女	0	16	121	311	454	576	265	19	499	2,261
計	0	114	301	572	869	988	495	32	1,138	4,509

編集後記



今年は暑い夏が続き、季節外れの台風にも2度 見舞われていろいろとその影響も受けた。日頃の 行いが悪いのかと自分なりに反省もした。 でも反 省は長く続かず、秋の味覚に目移りして、あれこ れ賞味。ぶどうにリンゴ。今年の柿はどれもうま かった。(N)

今期は全国大会が開催されず、毎年、再会を楽 しみにしている仲間に会えず、エネルギー不足 だった。先日、その仲間と御岳山(奥多摩)で充 1年ぶりの再会を楽しんだ。これでまた1 年、頑張れるね!来年の再会を約束した。(K)

最近、痛めていた肘がやっと回復!不安を抱え

ながらも久々にボウリングに…しかしブランクは 大きく散々な結果でした(>_<)

楽しむためのボウリングなのに、少々落ち込みま した。まあ~それでも続けることに意味があると - ω ^)これからも頑張りま〜す。(O)

保育園を訪ねた。園庭で遊ぶ子供達は行儀良 く、グループ毎に階段を登る姿に感心。室中では 塗り絵、粘土やブロック遊び、みんな各々一生懸 命楽しんでいる。子供達が楽しい、幸せな思い出 を抱え入学、健やかに社会人へと育って欲しいと 願う。そのような思い出が強い心を持つことに繋 がっていくのではと帰りの車中で思った。(NH)

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