

2023 12. vol.64

社会福祉法人

愛媛いのちの電話



1985年電話相談を開始し39年目を迎えました



えひめこどもの城

写真提供：石川 清治氏

ひとりぼっちで悩まないで……

CONTENTS

- ・「ひめここ」と繋がってください
信貴正美氏
- ・電話相談員募集します
- ・愛媛いのちの電話後援会 第16回総会
- ・ふくしま大会に参加して

相談電話 **089-958-1111**

毎日：昼12時～夜12時

インターネット相談

<http://www.e-inochi.jp/>

「インターネット相談」はこちらへ をクリック



「ひめここ」と繋がってください

えひめ性暴力被害者支援センター「ひめここ」
所長 信貴 正美氏

えひめ性暴力被害者支援センター「ひめここ」は、9月に開設5年を迎えました。性暴力被害の相談窓口として相談支援を行っています。まず電話相談や面談で被害当事者の方の意向を確認します。被害について何度も話さなくてもいいように、支援をコーディネートし、必要に応じて関係機関と連携し、同行支援も行っています。

性暴力…耳にされたことありますか？

「同意のない性的な行為はすべて性暴力」です。

性暴力被害は「魂の殺人」とも言われ、被害にあうと心と身体が抱えきれないほどの衝撃を受けます。被害について打ち明けられた家族や友人も混乱します。できるだけ早く相談機関につながることで、回復が早まると言われています。

ところが、性に関することは相談しにくく、「今の生活を壊してしまう」「自分が悪い」と被害当事者自身が自分を責めたり、周りの人からも「なぜ?」「どうして?」と責められてしまうこともあります。悪いのは加害者なのに、なぜでしょうか？ レイプ神話と言われる思い込みが刷り込まれているからではないでしょうか。

「二人きりでお酒を飲んだから」「恋人同士なら性行為は当たり前」と同意があると思いついたり、「怖くて固まってしまったこと」を同意したと思ってしまう、これらはいずれも性行為の同意ではありません。

ご飯を食べるときに「食べない」と言っている相手の口に無理に食べ物を押し込むことはしませんよね、たとえテーブルについていたとしても。性的な行為も同じです。まず相手に尋ね、意思を聞き、その意思を尊重します。YESだけがYESで、それ以外はNOです。大切なのは、対等な関係でYES、NOを言えること、相手のNOを受け止めることです。

最近の報道から、性暴力被害について相談してもいいんだ、相談窓口があるんだと少しずつ知っていただいているように感じています。

一人で悩まず、抱え込まず、まず話すことから始めてみませんか？ 匿名でも大丈夫。話すことで一歩を踏み出せるのではと思います。

ひめここでは24時間365日電話相談を受け付けています。

「#8891（はやくワンストップ）」でひめここと繋がってください。



相談電話 089-909-8851
24時間365日対応

… ひめここにできること …

支援のコーディネート あなたのお話を伺いし、病院、警察、法律相談所、心理相談など必要に応じて関係機関と連携し、支援を行います。	同行支援 ひとりでは心細いとき、病院や警察、法律相談等に付き添います。
---	---

まずは☎電話でご相談ください。



2024年

5月開講!

第43期 電話相談員募集します

相談員になる準備として養成講座を受けていただきます。

期 間 2024年5月～2025年1月(全20回)

- ・概ね土曜日の午後の3時間
- ・一日研修と宿泊研修(1泊2日)を含む

会 場 愛媛県男女共同参画センター等(予定)

参加資格 22才～68才の方

募集人数 40名

受講料 30,000円 別途 参考書代1,500円程度
宿泊研修15,000円
(原則としてお納めいただいた受講料はお返しできません)

お問合せ 愛媛いのちの電話 事務局

電 話:089-958-2000

e-mail:ehime-1111@e-inochi.jp

※インターネットから検索してホームページをご覧ください

講座の内容

第1ステップ (全3回)

●オリエンテーション

第2ステップ (全3回)

●傾聴訓練

第3ステップ (全7回)

●掛け手の理解と電話相談演習

第4ステップ (全4回)

●社会背景の理解と電話相談演習

第5ステップ (全3回)

●実習に向けて ※一泊研修を含みます

新人相談員の声

昨年新聞の「電話相談員募集」の記事を見て、かつて知人から勧められたことを思い出しました。あの時は、仕事・子育てでそんな余裕はありませんでした。でも何か心に引っ掛かるものがあったのでしょうか。四半世紀が経ち「やるなら今でしょ」と遅すぎたスタートを切りました。久しぶりの学びの場は緊張感とワクワクの混ざったもので、とても新鮮な時間でした。認定証を頂いた時は、達成感一杯でした。今も受話器を取る度にドキドキしますが、ぼちぼち続けたいと思います。(M.S)

コーラーさんの切実な声を聞き、どのように受け答えをすればよいのか、毎回ときどきしながら電話に向かいます。相談室を出て家に帰るまでの間、次々と反省点が湧き上がってきます。家に帰ると、研修で頂いた資料を見返し、「あー、こんな風に聞くべきだった」と後悔すると同時に、次の電話では、研修を生かして、落ち着いて相談ができるように頑張るぞ!と覚悟が生まれます。

聴くことの難しさを感じつつも、少しでも誰かのお役にたてるならうれしいなと思っています。(W.M)

電話対応を振り返る度、自分の癖や考え方、苦手なことが浮き彫りになります。最近、これも定期的に自分を知る良い機会だと考えられるようになってきました。研修グループの皆や、同じ時間に当番に入った先輩方に助けてもらいながら続けています。自分の気持ち、感じたことを言葉にして聴いてもらいディスカッションする事の大切さ、学習継続の重要性を痛感しています。

(M.Y)

相談員募集のチラシを見た時、私にとって最後のチャンスだと思って応募しました。養成講座を経て認定証をもらい、5ヶ月経ってまだまだ研修の日々の中、全国研修会ふくしま大会に参加させて頂いて貴重な体験をすることができ感謝です。基調講演で聞いた「受け入れることは出来なくても受け止めることはできる」この言葉の意味を噛みしめながら、私の価値観とか世間の常識は関係なくただ聞く耳を持ち、寄り添うことが出来るよう頑張りたいと思います。(Y.M)

愛媛いのちの電話後援会 第16回総会開催

2023年9月10日(日) 松山市総合福祉センター1F大会議室において第16回総会が開催されました。

【議長】 大塚岩男会長

【議事】 収支報告、事業報告、今年度事業計画、及び役員選任が行われました。

この度、理事の尾崎 公氏が退任され、新理事に池川良徳氏が選出されました。

後援会役員並びに後援会会員の皆様、今後ともどうぞよろしくお願い申し上げます。

(後援会事務局)

今治里山スタジアムにて

FC今治のホームゲームが行われた7月29日、9月23日、11月19日に広報活動・募金活動を行いました。

今年1月に新設されたばかりの里山スタジアムは、サッカーだけではなく地域の活性化を目指してたくさんの仕掛けが施されているそうです。皆様もお出かけしてみませんか。

(交流イベント部)



自殺予防公開講演会開催

【演題】 自分という人生の長距離ランナー



2023年9月10日(日) 厚生労働省補助事業として自殺予防公開講演会を開催致しました。

増田明美さんは女子マラソン界の最初のスター選手であり、現在は日本パラ陸上競技連盟会長、日本知的障がい者陸上競技連盟会長、東京陸上競技協会会長、日本パラスポーツ協会理事としてご活躍です。

まだまだ残暑厳しい日曜日の午後、ご来場の皆様は、増田さんのお話に熱心に耳を傾けておられました。

その感想のいくつかをご紹介します。

- 元気・勇気・笑顔 を頂きました。感謝です。
- 子供たちにすてきな未来を残すために、今、自分に出来ることを見つめ直したい。
増田さんの前向きな考え方に共感、感動しました。
- パラ選手の座右の銘『失ったものを数えず、あるものを最大限に生かせ』が心に残った。
- 「今あるものを最大限に生かそう」私も今を大事に生きたい。
人の力が支えになるんだと、自分の人生も考えることができました。
- 人はひとりでは生きられない。助け合いの大事さを改めて感じることができました。
- 来てよかった。増田さんの明るさ、大好きになりました。
- 悩みや苦しみをひとりで抱え込んでしまった時に多くの人から人生を教えられたことを糧として、お名前の通り、明るく美しく走り続けてこられた増田さんから元気と勇気を頂いた一日となりました。

(編集部)



ふくしま大会に参加して

テーマ「ラポール・絆を結ぶ」

10月26日から3日間、4年振りに現地での開催となりました。全国の多くの相談員と繋がる唯一の研修会に愛媛から参加しました。

基調講演 玄侑宗久氏による「日本人の心とかたち」

本来日本人はモンスーンの風土に習い自然災害に遭いながら生きてきた。それ故多様な価値観を認め合う独自の持ち味があったが、このところコストパフォーマンスやタイムパフォーマンスが重視され、目的合理性の社会になりつつあると。そんな時はコミュニケーションが必要であり、受け入れる事は無理でも受け止めようとする事の大事さを説かれた。これ日常に活かしたい。(T.Y)

現地研修に参加してバスの中で語り部の方の話を聞きながらの視察。報道では決して分からない地元の人の叫び嘆き、悲しみ、憤り……、被災地に行き現状を知り学び感ずることなしに福島の人に寄り添うことなどどうしてできようかと感じました。語り部の方から「東日本大震災ではない、東日本・津波・原発大震災だ」という言葉を初めて聞いてその通りだと思いました。(N.K)

分科会「当事者視点に近づくための発達障害の体感的理解」に参加。

「発達障害は分かりにくい、相手の苦悩を分かろうとし、背景や事情を知ろうと意識すると情報が集まってくる。悩みに寄り添おうとする。感情に近づこうとする。」「受け手の価値観は変えられない。理解することに限界はある。でもわかろうとしてもらっているということは伝わっている。」というお話が印象に残っている。「鏡映描写」をしたのですが、とても難しかった。発達に特性のある方がことが体験できました。午後の「相談員の心のケア」では、相手との電話で、イメージとしての物理的な距離の取り方のワークが興味深かった。福島センターの方々は、強い絆と結集力で大会を成功裏に導かれたのだと思う。(K.K)

2日目は、富岡町の現地研修に参加。

あの日富岡町は震度6強の地震、21mの津波そしてあの原発事故、あくる日全町避難。震災から6年後2017年町の一部を除き避難解除されたものの住民の帰還は進んでいない。自然災害、原発事故で人生を変えられ崩壊したコミュニティ。多くの難しい問題を抱え復興はまだまだという感じがしました。学びの中で見て知って感じたことはこれからの生活にそして相談活動に活かしていきたいと思います。(C.M)

初めての東北新幹線、プラットホームで、停車しない車両が走り抜けて行く速さは風のような感覚。皆で、わーと声が出て田舎者そのもの。久しぶりの全国大会。一番心に残ったのは、2日目の現地研修に参加できたこと。「テレビ等では知り得ない富岡町の12年間を語り伝えること。1人また1人と周りの人に伝えることが大事」と、NPO法人富岡町3・11を語る会代表の青木さんは言われた。私もその1人になれたらと思う。人は人と繋がることで生きていける。ラポールとは信頼し合うこと、相手を受け入れること。それを深く感じた貴重な全国大会だった。(S.K)

最終日、フリーアナウンサー大和田 新氏の記念講演。印象に残ったことは、津波と聞いたらまず逃げろ!! 「津波てんでんこ」の教え、決して戻ってはいけない、逃げた場所で再会するという事を日本中に伝えるべきだと大和田氏は声を大にしてお話しされた。

四国地方も南海トラフ地震が警戒されている地域である。若い命を守るためにも、「津波てんでんこ」の教えを浸透させるべきだと強く思った。(Y.T)



あたたかいご支援ありがとうございます



2023年7月1日～2023年10月31日までに、次の方々から社会福祉法人愛媛いのちの電話への寄付または愛媛いのちの電話後援会への会費としてご支援をいただきました。心より感謝申し上げます。今後ともご指導、ご協力をお願い申し上げます。(五十音順・敬称略)

- | | | | | | | | |
|-----------|-------|-------|-------|----------|-------|-------|-------|
| 個人 | 青木 弥生 | 勇 文夫 | 石橋 行雄 | 石丸 裕司 | 一ノ宮孝司 | 井野 功 | 印南 敏彦 |
| | 上岡 桂子 | 上杉みどり | 大塚 岩男 | 大政かつよ | 岡田 京子 | 越智真理子 | 恩地 森一 |
| | 加藤 泰三 | 川崎 佳子 | 菅 祥子 | 菊池 伸英 | 木元 裕子 | 草薙 順一 | 国久 清司 |
| | 栗田 啓 | 桑田 敬子 | 近藤 猛 | 須山 楓 | 竹下 裕子 | 竹本 仁弘 | 橘 幹太 |
| | 立川 百恵 | 谷 直樹 | 谷本 治 | 谷本 照美 | 戸梶 元斎 | 永江 健次 | 中原 昭子 |
| | 中矢 吉男 | 灘野 成人 | 西田 裕子 | 二宮 孝夫 | 羽藤八五子 | 東 麗子 | 日野 智仁 |
| | 兵頭加津江 | 廣瀬 一郎 | 藤岡 宏 | 星加 修 | 松浦 恵一 | 松崎 純子 | 松村 茂 |
| | 三木 優子 | 溝渕 睦彦 | 光田 厚夫 | 宮内 福美 | 三好 洋子 | 本 裕美 | 森岡 仁子 |
| | 森山加代子 | 森山 弘子 | 薬師神寛司 | 安田富久子 | 山内 英彦 | 山本 照子 | 山本万紀子 |
| | 横山 真一 | 好永 定 | 和田 義正 | (匿名 15名) | 山口 真弓 | | |

- | | | | |
|-------------|----------------|-------------------------|-----------------|
| 団体 | 医療法人秋田会秋田病院 | NPO法人こころ塾 | 安藤工業株式会社 |
| | 医療法人勤有会きら病院 | 一般財団法人創精会松山記念病院 | 伊予トータルサービス株式会社 |
| | 愛媛県信用農業協同組合連合会 | 医療法人愛媛インプラントクリニックかまくら歯科 | 医療法人かざはやくクリニック |
| | 愛媛総合警備保障株式会社 | 医療法人静心会平成病院 | 医療法人眞理こころのクリニック |
| | 愛媛パッケージ株式会社 | 愛媛県繊維染色工業組合 | 愛媛信用金庫 |
| | 株式会社井出工具 | 愛媛建物株式会社 | 愛媛地方労働組合連合会 |
| | 株式会社松栄印刷所 | 越智昇鉄工株式会社 | 株式会社イオタオーエーシステム |
| | 株式会社アイビ広告 | 株式会社伊予銀行 | 株式会社門屋組 |
| | 株式会社エム・ワイ・ティ | 株式会社西建設 | 株式会社ヒカリ |
| | 株式会社野間工務店 | 株式会社伊予産業 | 株式会社伊予鉄グループ |
| | 株式会社松山建装社 | 株式会社カネシロ | 株式会社関西建物 |
| | 公益財団法人正光会宇和島病院 | 株式会社フジカ | 株式会社母恵夢本舗 |
| | 四国溶材株式会社 | 株式会社よんやく | 公益財団法人松山済美会 |
| | 豊岡台病院看護部 | 国際ソロプチミスト松山 | 四国建販株式会社 |
| | 松山金亀ライオンズクラブ | 四国労働金庫愛媛営業本部 | 大ーガス株式会社 |
| 村瀬海運株式会社 | 尚正産業株式会社 | 日東石材工業株式会社 | |
| 有限会社フットフィール | 松山総合開発株式会社 | 松山中央ライオンズクラブ | |
| | 山中造船株式会社 | 有限会社栗田包装 | |
| | 立正佼成会松山教会 | 連合愛媛 | |

- | | | |
|-------------|-------------|----------------|
| 商品提供 | イオンリテール株式会社 | マックスバリュ西日本株式会社 |
|-------------|-------------|----------------|



ハナミズキ



ギンバイソウ



タカネハンショウヅル



編集後記

今回委員会で一緒にいるKさんは、趣味が山登りで、すでに日本百名山を踏破されたのだそうです。仲間であり、共に活動を続けていながらおしゃべりすることがなかったということか、お互いのことを殆ど知らなかったと気づきました。なんて素敵なお話。登山仲間は全国にいて、「次は何処に出かけましょうか」と山の話は尽きないとか。行った先々で、山の自然に咲く可憐な花の写真を撮影。日本各地に行かれたお話をまた聞かせていただきたいなと思います。(T.S)

発行 社会福祉法人 愛媛いのちの電話
 発行者 武井義定
 編集 広報委員会
 事務局 〒790-8691
 日本郵便株式会社
 松山中央郵便局私書箱 158号
 TEL (089) 958-2000
 FAX (089) 958-2014
<http://www.e-inochi.jp/>