

2024 7. vol.65

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



アオバズク
写真提供 石川 清治氏
撮影場所 とへ運動公園

ひとりぼっちで悩まないで……

CONTENTS

- ・『傾聴・共感 反抑圧的实践からの対話を目指して』宮川眞一氏 …… P2
- ・第43期養成講座開講 …………… P3
- ・いまとこれからを考える会議 …… P4
- ・『対話のススメ』平田オリザ氏 …… P5

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

傾聴・共感 反抑圧的実践からの対話を目指して

— 後援会を応援しています！ —

医療法人鶯友会 牧病院 医師 宮川 眞一氏

JOCS(公益社団法人 日本キリスト教海外医療協力会)元バングラデシュ派遣ワーカー
JAFS(公益社団法人 アジア協会・アジア友の会)理事



この原稿の依頼を受けたのは、関西いのちの電話にて長年ご活躍されていた知人長尾文雄さんの訃報を聞いた直後で、何か不思議なタイミングでした。氏は自身が進行性筋萎縮症という難病と闘いながら学生時代からのハンセン病との実践的関わりを公益社団法人好善社の理事・社員として続けておられました。私は関西学院大学神学部在学中に通っていた教会でお世話になり、再受験で医学部を目指す浪人時代には「めげそうな魂」をなん度も支えていただきました。多分その配慮や優しさは、信仰の力に加え「いのちの電話的姿勢」に裏打ちされたものだったと考えています。この場を借りて感謝と共に追悼の意を表したいと思います。

さて、最近プライマリケア連合学会総会で「反抑圧的実践(AOP:Anti-Oppressive Practice)と対話」というシンポジウムに参加しました。「反抑圧」とは「上下関係を作らないような」と言い直せるかもしれません。シンポジストの1人である竹端氏によるとAOPの根幹は「溺れる人々を救い続けても、川の上流に分け入り、その工場を閉鎖しない限り患者を減らすことはできない」という健康格差を是正する認識にあるそうです。

また、そこでは対等な「対話」が必要であるともいわれます。しかし私たちが目の当たりにするのは「溺れそうな人々」であり、その場面での対応は一刻を争います。いのちの電話や診療場面でも、それは同じではないでしょうか。ただ氏が語るように他の誰でもない「その人」が「『いま、ここに』置かれている社会的環境の理解」抜きには本質的な介入ができないのも事実でしょう。加えて、対等な対話の前提には鳥瞰された「傾聴」「共感」があり、「見えないものへの関心」も不可欠となってくるのだと思います。

かつて私は、故中村哲医師も所属していたJOCSというNGOから派遣され、バングラデシュで地域医療の仕事に7年ほど関わり、今は日本からJAFSという別団体を通じてウクライナ支援の活動に関わっています。共通して言えるのは、言語・文化背景の違う当国の人たちとの関わりへのベースには、前述のAOPが必要であり、「傾聴」「共感」に加え「非言語的」コミュニケーションや想像力のウエイトが増すということです。

揺れる世界情勢の中、スタッフ・後援会の方々におかれましては在日の避難民の人たちを含め、その対応には複雑性を増してきていると存じます。ご自愛の上、業務にあたられますよう、その日々の働きを心より応援しております。共に「見えないもの」へも想像力を使って心を提供し、相談者・患者様の「隣人」となるために。

ご支援のお願い

「愛媛いのちの電話」は皆様のご寄付によって支えられております。今後も引き続き「愛媛いのちの電話」の活動をお支えいただきますよう、よろしくお願い申し上げます。専用の振込用紙がありますので必要な方は事務局までお申し出下さい。

○後援会会費として納める
【口座番号】伊予銀行本店 普通 4557649
団体 1口10,000円
個人 1口 3,000円

○法人宛に直接寄付する
【口座番号】ゆうちょ銀行 01680-7-12992
伊予銀行 本店(普) 4576318
愛媛銀行末広町支店(普) 2203131
(金額はご自由です)

第43期

相談員養成講座 スタート

5月11日(土) 松山市総合コミュニティセンターにて、2024年度受講生（6名のうち4名）が集い、「第43期相談員養成講座」がスタートしました。



開講式、オリエンテーションの後、武井義定理事長による「出会いのワーク」が行われました。バラエティーに富んだ手法を通して人との距離を縮めていくワークは、受講生にとってとても新鮮な体験になったことでしょう。

今年度も多くの講師の方に様々な角度から講義・演習していただきます。

「電話相談や社会の現状」「^{ひと}他人を知ることは」「傾聴とは」など、「こころ」についての学びをこれから深めていっていただきたいと思います。

受講生の感想

- ・緊張しましたが、皆さんと触れ合うことができ少し気持ちや和らぎました。
- ・話す人、聞く人双方の熱が必要だと感じました。これからの講座で学んで行きたい。
- ・自分のことを知ってもらえ、また他の方の事情を話してもらい、有意義な時間を過ごせました。ただ、自分の中では整理がつかず戸惑っております。
- ・参加するまでは不安でしたが、いろんな方の抱える想いを感じられ自分は独りではないとうれしく思いました。今後のライフワークとして続けていきたいです。

研修サポーターの声

私が「いのちの電話」と出会ったのは、15年前。

娘が高校生になったタイミングで不登校になり娘の気持ちが理解できずに悩んでいた私は、「娘の話を聴くことからはじめよう、娘の今の姿をそのまま受け入れよう」と思い立ち養成講座を受講しました。

実際電話を取るようになると、不思議と自分と同じ悩みを持った方からの電話を受けることがあり、相手に共感しながら自分の気持ちもいつの間にか癒されています。

「いのちの電話」に関わることが無ければ、今の私はありません。現在は娘とも笑顔で話す関係になっています。本当に感謝です。

私は仕事をしているためできる時間も限られています。私なんて役に立っていないんじゃないかと何度もくじけそうになりますが、『私が人の役に立っているのではなく私が人生勉強させてもらっている。言葉を大切に、心で声を聴こう』そんな気持ちで今日も電話の前に座っています。

(い)

私は新米サポーターとしてグループ研修や養成講座に関わるようになりました。関わるうちに少しずつ、皆様個々の事情が判ってきます。お忙しい日々の中、時間を捻り出すようにして活動されていることに気づかされました。人と関わる仕事をしながら、遠隔地から、ご家族でも支え手でありながら、温かく、さりげなく、そして辛抱強く接してくださるその姿勢に本当に頭が下がる思いがします。

相談員の皆様に対して、今後もうできるだけ気持ち良く、長く携わっていただくことを願っています。人のためと思っただけの活動が、ひいては自分に返ってくるものでもありますようにと祈ります。

(ろ)

受講生の方といっしょに先生の講座を聞いたり、演習をしたりするのは、毎回とても勉強になります。相談員として、電話を受ける中で、様々な事例に接して、やはり毎回、あれでよかったのかと反省点は残ります。そんな中で、養成講座を受けて、学び直しができるのはありがたいです。そして受講生の方々が実習中、私は側にいるだけなのですが、学び成長して、相談員として認定された時は、新たに仲間が増えてうれしさも一入です。

電話を受ける時に、「傾聴」を心がけていますが、相談員の皆さんと話し合うことで、視野を広げて、自分だけの思い込みにならないように気をつけていきたいです。そして自分自身の成長に繋げていければと思います。

(は)

他人の変化に気付き、何とかしてあげたいという「優しさ」は時に人助け「親切」と捉えられることもありますが、「お節介」で終わってしまうことが多く、他人を思いやる行動は相手がどう捉えるかで変わってきます。

ボランティアはそれぞれの思いや考えによって自ら行動することから始まり、「いのちの電話相談員」となるためには「養成講座」を受け、認定されたのち活動を始めることができます。講座ではたくさんの学びはもちろんのこと、自身の人生をふりかえり、これからの生き方を再考でき、人と関わることの難しさに耐えうる足固めができたように思います。

「誰かが気にかけてくれているという安心」「一人ではないと思える温もり」を感じていただける相談員でありたいです。

(に)

愛媛いのちの電話

『いまとこれからを考える会』に参加して



愛媛いのちの電話 事務局

令和6年1月20日と2月24日の2日間にわたり、ファシリテーター青木将幸先生をお迎えして「愛媛いのちの電話」の現状と今後について話し合いを進めました。

参加者は、25名。各5名の小グループに分かれて意見交換した結果、最終的に11の提案が出揃いました。

- ① ころみカフェをふくらませよう
- ② 分室を増やそう
- ③ 傾聴体験ワークショップを開催しよう
- ④ 相談員の定着支援
- ⑤ 大勢が集まる場所のモニターを利用してDVD等を再生し、認知度をアップさせよう
- ⑥ 定年問題をどうしたらよいか

- ⑦ 問題解決能力の高い人に運営に参加してもらおう
- ⑧ 学生さんへの啓発活動
- ⑨ 養成講座を生かして相談員の質の向上へ
- ⑩ 心理士さんから研修が受けたい
- ⑪ 毎月の継続研修において、メンバーチェンジしてグループ研修してみたい

今回、ファシリテーターの青木先生に関わってもらうことで、非常に意見が出しやすくなりました。それぞれの考えの共通点や相違点、また団体の良さや問題点を可視化してまとめて頂き、これからどのようにしていけばよいのかが具体的に見えてきました。

今、新しくチャレンジしようとしていることは、まず1つ目は、外部に向けてSNSを使って若者

たちへの啓発、スクリーンを介して多くの方への啓発。2つ目は内部の事案である相談員のケアとして、月1回開催のころみカフェを充実させるために広く意見を募るなど、この話し合いの中で出てきたものを具現化しようとしています。

どこまでできるかわかりませんが、愛媛いのちの電話が今以上に盤石な組織となり、多くの方の心の支えになっていけるようにみんなで助け合っていきましょう！！



青木将幸氏プロフィール

ファシリテーター。2003年、日本で初めての会議ファシリテーション専門事務所を設立。2024年現在、淡路島在住、48歳。

令和5年度「三浦保」愛基金社会福祉分野公募事業の一環として実施しました。



平田オリザのコミュニケーション講座

対話のススメ わかりあえないことから始めよう

2024年2月17日(土)リジェール松山にて劇作家・演出家の平田オリザ氏を講師にお迎えし、第1部ワークショップ、第2部講演の二部構成で行われました。

第1部では、最初の5分で打ち解けお互いの距離を縮めることができ、楽しみながら行うゲームのような課題をこなしつつ講師の経験に裏打ちされた豊富なお話を聞くことができました。

(参加者30名、見学者16名)

ワークショップでの体験を通して相手の価値観や積み上げてきた文化の体系が自分とは違うかもしれないことに気づき、コミュニケーション能力とは何かを身を以て感じる事ができたと思います。

第2部では、多岐に亘る話題が展開され、参加者は自分の立場と比較しながら興味深く話を聞いていました。

「今の若者はとても真面目で、かえって福祉や看護に臆病になっている現実がある。同じ理由でいのちの電話の相談員不足を招いているのでは」とも話されました。

(現地参加者91名、オンライン参加167名)

いのちの電話では「傾聴」を基本に置いて活動を続けていますが、相談者の話を聞く際に大切なことはシンパシーではなくエンパシーであること、またエンパシーを「共感」と訳することが多いが、「同感」との区別が難しいこと、エンパシーの際に「演じる」要素が大切だと、たいへん示唆的なお話をして下さいました。

今回、比較的若い人たちも参加されていて、新しい層にいのちの電話を知ってもらえる良い機会になりました。



ねえ知ってる?



小惑星を発見した人には命名権があることをご存知でしょうか。日本人が命名した小惑星の名前にはたこ焼き、しじみなど食べ物の名前もあります。

Q 愛媛県久万高原町N氏は、小惑星ハンター。100個以上発見し命名しています。1996年に発見された小惑星には、愛媛に由来するある食べ物の名前が付けられました。さて、それは何でしょう?(^^)

答えは6ページ▶



感謝

あたたかいご支援ありがとうございます

2023年12月1日～2024年6月30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 将幸 | 青木 弥生 | 足立 純一 | 阿部 待子 | 池川 道和 | 石川 和史 | 石丸 裕司 |
| 一ノ宮孝司 | 今井久美子 | 上岡 桂子 | 宇都宮紀子 | 宇都宮千夏 | 大内 由美 | 大久保雅代 |
| 大西 清 | 岡野 鏡子 | 小倉 正 | 越智真理子 | 越智 通晴 | 加藤 泰三 | 川崎 佳子 |
| 川端紀美代 | 菅 祥子 | 木綱 俊三 | 城戸みち子 | 木村すみれ | 木元 裕子 | 久保田孝子 |
| 河野 浩 | 小島佐代美 | 小林 保一 | 五領田真理子 | 近藤 猛 | 重松 章子 | 清水 正子 |
| 須山 楓 | 関家 徳美 | 高瀬 圭子 | 高野 順子 | 高橋 裕子 | 武井 義定 | 竹中真由美 |
| 竹野 昭夫 | 田中 恭子 | 田中都智美 | 谷 直樹 | 谷崎 由美 | 田村由美子 | 垂水 真人 |
| 戸田 佳乃 | 富永 和子 | 永井 和美 | 中島真智子 | 中橋 恒 | 中矢 吉男 | 西岡美矢子 |
| 西澤 孝一 | 西田 裕子 | 西原 康雄 | 西本 瞳 | 信原 真紀 | 野村 和男 | 野村 実 |
| 橋本 眞行 | 林 万有美 | 原 敏彦 | 兵頭 早苗 | 福岡 幸子 | 福原 千佳 | 藤岡 宏 |
| 船戸智寿子 | 古田 友江 | 紅谷 博美 | 星加 修 | 松浦 恵一 | 松浦 秀二 | 松倉 陽子 |
| 松本 郁枝 | 真鍋喜代美 | 三神 弘子 | 三木 茂円 | 宮崎 弘子 | 村上 弘子 | 村角千代子 |
| 森 祐子 | 森山 弘子 | 薬師神寛司 | 安田富久子 | 山口 眞弓 | 山本しげ子 | 山本万紀子 |
| 弓達ますみ | 横山 真一 | 渡部 詩織 | 渡部茂由子 | (匿名 21名) | | 遊口 親之 |

団体

- | | | |
|------------------------|---------------|-------------------------|
| 医療法人眞理こころのクリニック | 安藤工業株式会社 | 医療法人愛媛インプラントクリニックかまくら歯科 |
| N T T 労組退職者の会 | 医療法人今村循環器科内科 | 医療法人勤有会きら病院 |
| 愛媛パッケージ株式会社 | 医療法人隣善会西条道前病院 | エディオン仲村デンキ |
| 株式会社伊予銀行 | 愛媛いのちの電話後援会 | 愛媛建物株式会社 |
| 株式会社関西建物 | 扇屋食品株式会社 | 株式会社イオタオーエーシステム |
| 桑原運輸株式会社 | 株式会社門屋組 | 株式会社松栄印刷所 |
| すこやか法務事務所(廣瀬一郎) | 株式会社テレビ愛媛 | 株式会社松山建装社 |
| 日本基督教団西条栄光教会 | 公益財団法人松山済美会 | 公益財団法人正光会宇和島病院 |
| 日本基督教団松山古町教会 | 常盤タクシー株式会社 | 新居浜商工会議所女性会 |
| 松山東雲女子大学・短期大学キリスト教センター | 日本キリスト教団丹原教会 | 日本キリスト教団松山教会 |
| | 日本基督教団三島真光教会 | 訪問看護ステーションまいペーす |
| | 有限会社フットフィール | ルナ物産株式会社 |

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



シャガ



シココ
カッコウソウ



タマガワ
ホトギス



編集後記

広報誌編集部には新メンバーが加わり5名になりました。各研修会でお願いし、広報誌の感想を聞かせていただきありがとうございます。

とても励みになり、参考にさせていただいています。大切な記事の中にも少しホッとさせるコーナーもあればと始めた「思い出のフォト」好評につき続けていきます。そして今号から「ねえ知ってる？」コーナーも始めてみました。(K.O)

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/