

いのちの電話

2024.2.1

白浜レスキューネットワーク
理事長

藤藪 庸一

自殺防止の活動を続けてきた中で、幼少期から高校卒業するまでの家庭環境や教育環境、社会環境が人の社会性の成長に大きな影響を与えることを感じてきました。この経験から、自殺に追い込まれる人を減らすために、自殺予防として子どもたちやその親御さんへの関わりを力を入れてきました。それは「自殺を選ばない世代を作る」という単年で予算を計上することのできない10年、20年、半世紀を見据えた今も続くヴィジョンです。今、目の前にいる子どもたちが将来大人になった時に、社会と関わりながら、自分の力で生きていけるように育て、大人になったこの子たちがさらに自分の子どもを育てるようになったときに、自分がしてもらったように目の前の子どもたちを育てることを願っての活動です。

今ではメジャーになった学童保育や夜間預かりのトワイライト事業、子ども食堂など、20年前から地域の子どもたちを集めて行ってきました。学習支援活動や自然体験教室にも力を入れ、子どもたちの生きる力をはぐくむ活動は目の前の子どもたちや親御さんの必要に合わせて広がっていきました。不登校やひきこもりにも関わりをもち、寄り添いつつも少しずつ負荷をかけ社会との繋がりを回復させていきました。さらに今年5月からは、児童家庭支援センターを開所し、妊婦さんから18歳の年齢までの子どもと家庭（親御さん）を支援する活動を始めています。

そんな中、9月、10月と児童家庭支援センターと（株）クオリティソフトとの共催でおこなった講演会と対談で初心に戻る時を持たせてもらいました。人は生物として睡眠が整うと力が出てきて健全にやる気が起こるといふ小児精神科医の話に、今まで関わってきた人たちが規則正しい生活と三食のご飯で元気になって来た経験が重なりました。また、臨床心理士の話では、自己肯定感は何かができるようになったから身につくだけでなく、いつも受け入れられ、話を聞いてもらうだけで、自分の存在が受け入れられることから育つのだと聞きました。まさに一人一人はその存在が尊いということであり、私たちの相談活動は、とても重要な役割を果たすことになると思われました。

私は今年51歳になりました。あと何年働くことができるかなと考えるようになりましたが、最後まで目の前の困っている人に関わり続けられたらなあと思っています。

こころの痛みを
話せる電話です

自殺を選ばない世代を作る



電話相談

073-424-5000

年中無休

10:00 ~ 22:00

自殺予防
フリーダイヤル

0120-783-556

通話料
無料

毎日 16:00 ~ 21:00

毎月 10日 8:00 ~ 翌日 8:00

『子どもたちの明るい未来を どうやって作っていくか』

白浜レスキューネットワークが夏休みに開いている「コベル君サマースペシャル」を訪ねた。ここは登録して1日100円の昼食代で通える子どもの居場所。子どもたちがスタッフと楽し気にランチを作り勉強し遊んでいた。15年前に地域の小学校の校長先生から「この夏休みに昼食をとれない子が数名いる。」と相談を受け、始められたそう。現在は町内6つの学校で夏休み前に案内状を配布してくれている。校長先生が心配を吐露されたのは長い間、地域に関わってこられた藤敷先生への信頼が大きい。学校の壁を崩すほどの関係が地域ぐるみで子どもを守っていることに感動した。

和歌山県内の子ども食堂は怎なのだろう。県によると「子供食堂は、単に食事を提供する場としてだけではなく、子供たちにとって家庭でも学校でもない第三の居場所、地域の誰もが参加できる交流拠点として、社会的にも注目を浴びている。」と紹介され2023年8月末時点で55箇所もの子ども食堂が登録されている。現状は怎なのか県内の数か所を訪問しお話を聞かせていただいた。

2016年開業の田辺市「光運送」こども食堂は開設当時、某保育園の元理事の高松さんが休みの続いている園児を迎えに行った時の出来事がきっかけとなった。「朝ごはん食べたか？」と聞くと「前の晩、兄ちゃんの残したカップ麺の汁を飲んだ」と答えた。こんな時代に食事も満足にとれない子がいるのかと心が痛んだ。皆と食べる温かいご飯は美味しいはず!との思いからこの食堂を開いた。ある時、利用している子が「お母さんが大変や!」と走って助けを求めに来た。日頃からの繋がり大切さを感じた。食堂で学習支援ができないかと知り合いの元教師数名に声をかけたが毎週末となると難しいと断られ実現していない。親が地域の人から「あの家は子どもにただ飯食わせよる」と言われるのを恐れて食堂に来づらくなっているのは残念。もっと気軽に来て交流の場にしてほしい。



相談員の声

今感じていること

十数年たって感じる事。果たして今、私は家族や親しい人たちにも「言葉を大事に」「寄り添うこと」ができているのかな? 頭ごなしに言い返したりしていないかな。勉強の成果は出ているのかな。

30代の頃、私は育った家と嫁いだ家の感覚のズレに苦しんでいました。親族の間でうまくいかないことが続き、ある時友人に連れられて行ったある大きな集会で「話したい人は?」と求められた時に前に出ていました。思いを全部話しきるまで先生が黙って聞いて下さり「あなたは悪くありませんよ。」と一言だけ言われました。楽になりました。その晴れ晴れする体験は私にとっての奇跡でした。それから人の気持ちを知りたくなくてカルチャースクールで学ぶところから今に至ります。

今でも自信を失うこと度々です。ある時、私の声を覚えてあだ名を付けるコーラー※2さんがいました。友達感覚を求めているの? なぜ楽しそうなの? 気分転換のため? そう思うと私の心に不満がおき、それが不安と心配を呼び、「相談員には向いてないのかな」の感情が生まれてきました。知らぬ間に私はコーラーが劇的に変化することを求めて、手を差し伸べても救えないと思って疲れていました。

でも自分の心が落ち着いて話の半分をじっくり聞いたら、相手の声が変わるのがわかります。途中で切り上げたら何の役にも立たないこともわかります。時々他の相談員さんに愚痴や不満を聞いてもらって助けられます。言葉は大切です。そのひと時で心が軽くなってまた頑張ろうと思っています。(Y・K)

※2: コーラー (caller)とは電話をかける人、発信者の事

「カーネーション」の小上さんは2018年に岩出市に越して来て地域の人との交流を願いフードパントリーを始めた。ひとり親を対象に食料品を提供する活動だ。その方々に楽しい思いをしてもらいたいと思ったところに、県からの提案があり子ども食堂をやってみようと思った。「やる気になったら人は必ず集まりますよ」の通り、知人3人の協力で2021年7月、コロナ禍のためお弁当の配布から始めた。

岩出市のHPを見て来るボランティアの中には中高生もいる。悩んだ時や辛い時、寂しい時に来てほしい。子どもに自分を発揮してもらいたい。難しい社会の中で子ども食堂にまだ出会えていない人にここを活用して貰いたい。しかし学校ではチラシが配れず困っている子に手を差し伸べられないことや偏見から貧乏と思われるのが嫌で来られないなどの課題もある。

2023年10月にオープンした「なんきっこ食堂」の寺田さんは、子どもが大好きな栄養士さん。複雑な家庭事情を抱える子どもたちに何ができるか考え、地域の皆さんと協力して子ども食堂を始めた。食堂は、親子一緒でも大歓迎。なぜなら、寺田さん自身も3児の母として育児奮闘中で、育児について一人で悩まず親同士で気軽に話せる場所を作りたい。そのような思いから、本州最南端の串本で、親子でお腹もいっぱい、心もいっぱいになれる居場所づくりを目指している。

温かいお気持ちに胸が熱くなる一方、様々な課題も見えてきた。しかし希望もある。子ども食堂の広がりもよく知っているコーディネーター※1の助けを借りて学校や地域ともつながりが増えれば、もっと社会全体の問題として人々に柔かい感覚で捉えられるようになると思う。学習支援や皆との食事、悩みごとの相談、楽しいイベント、中高生や一人住まいの高齢者も活動できる交流拠点になれば親も子も偏見のことを忘れて来れるようになるかもしれない。そしてどんなことがあってもあなたはひとりにはならないと伝えることができるのではないか。子ども食堂で多くの人々から愛された子どもたちが、自分自身と人々を愛し明るい未来を切り拓いてくれたらと願う。(広報誌作成チーム)

※1:コーディネーターとは文部科学省が推進している「地域学校協働活動」において地域と学校をつなぐ役割を担う人。企画、調整、運営、地域と学校の連絡調整、情報の共有、地域住民への呼びかけなどのために各市区町に配置されている。窓口は教育委員会。



寄り添いのとき

相談員に認定された頃は、見えないものへ共感する事が辛く、電話の呼び出し音にドキドキする日々でした。そんな自分が嫌になりかなり落ち込んでいました。そんな時に、先輩からの心優しい寄り添いがありました。それはただそばにいて黙って聞いて貰えたことです。私は言えなかったことが言えて落ち着きました。それでもう一度電話を取ろうと思えたのです。

電話の前に座り、しっかり傾聴し寄り添い、時には沈黙の時間を待つ努力をしてみました。人には絶えず変化が起きていると信じ、小さく消えかけているコーラーさんの持てる力が消えてしまわないようにと思う気持ちで対応しました。

言葉のキャッチボールができるようになった頃から、電話の向こうの相手の表情がうっすら見えるような気がして、共感する事への恐怖もなくなり、自分自身が癒されている事を感じる場面が多くなっていました。

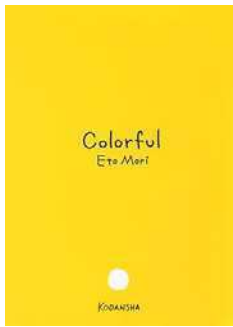
コーラーさんから、あなたが優しく聞いてくれたから不思議と素直な気持ちになり色々話が出来ました。あなたから少し元気をもらって、生きていく希望が芽生えて、死にたい思いが少しずつ薄れていく気がすると言われる言葉に私自身が癒されるまでになりました。自分の思いを変えてくれたいのちの電話に感謝している今日この頃です。(K・K)



～思春期を考える本を
読んでみました～



わたしの
一冊



単行本 講談社
文庫本 文春文庫
森絵都作

カラフル

中学生の心の内を覗いたような不思議な感覚にとらわれた本に出合った。現実にはあり得ないお話しと思いつつつの間にかのめり込み一気に読んでしまった。

生前の罪で輪廻のサイクルから外された魂が再生切符を手にする。その魂には記憶がなく自殺した中学3年生の少年、真(まこと)の身体を借りて暮らしながら生前に犯した魂自身の罪を思い出すことが輪廻サイクルに戻る条件。真の代わりに家族の一員として暮らすこの魂は第三者的な冷めた感覚で家族や友人と本音で接しつつ真がなぜ死を選んだのかを考える。

真があまりにもあっけなく死を選んだように感じた。確かに思春期の身体へのコンプレックスは本人には深刻な問題である。自己肯定感が低

いために気持ちを言葉にできず他に表現できるものを持っていてもそのことに気付けない。周りの行動を理解できず自分を追い詰めていく。出来事が一つ一つ重くのしかかって回避する術が見つからず苦しみ狭い世界で縮こまってしまう。

中高生の自死が増える今、彼らは自分自身のことをどう感じているのだろうか。自分が嫌で仕方がないのだろうか。「あなたはあなたのままでよい」と認めてもらいながら育てば心も身体もともに自分だと受け入れられるようになるのではないか。色んな人との繋がりの中で認め合う機会があれば自分もまんざらではないと感じ、生きていく力になるのではないかと考えさせられた一冊だった。(K・K)



無事、
これ名馬
宇江佐真理作
単行本 新潮社
文庫本 新潮文庫

旗本の家の長男太郎左衛門は学問も武道にも正しく取り組もうとする7歳の素直な少年です。剣術の道場では、つい涙が溢れてしまう弱虫を克服したく、火消しの吉蔵に「頭、拙者を男にして下さい。」とお願いします。

太郎左衛門はそれから時々顔を出すようになり大人の間人模様を見聞きます。その中で周囲の人々の付かず離れずの付き合いが良い刺激となり、太郎は出会う人々の思いを受け取り成長していきます。仕方ない突然の別れもあり、それは自身の中で反芻され、良いも悪いも糧となり身になっていきます。

現在でも若者から年長者が口うるさく見え、若者が苛立つのは、多様化された社会の中でお互

いが単純視し合い一括に扱うためではないでしょうか。学校や近所の人との関わりが希薄になったと感じてもその距離感が楽で居心地が良いとも思っている。自分の周り3mでほぼ事足りるという思い込み。細いつながりをたどって自身が本当に必要とする事に辿り着くのは難しい。

死も昔は今よりずっと近くに感じたと思います。近年では距離がある分、突然で激しく、時には耐え難く辛いと思います。太郎のように良いことにも悪いことにも正対できるよう、今の若者にもたくさんの経験をしてほしいです。

太郎と頭の吉蔵が最後に辿り着く答えが、皆さんの助けになる事と思います。(K・K)

運営にかかわる資金の一つとして多くの皆様のご支援をお待ちしています。

個人支援会員	年間1口	3000円
法人支援会員	年間1口	10000円

(何口でも結構です。お気持ちをお願いします。)

頂いた寄付金は

税制上の優遇措置の対象となります。

支援者のお名前は広報誌に感謝報告として掲載させていただき、講演会の案内なども送付させていただきます。

振込先

郵便振替	00940-9-106933	和歌山いのちの電話協会
紀陽銀行	本店 普通 732389	社会福祉法人 和歌山いのちの電話協会

HPからのオンライン寄付
(クレジットカード/Amazon Pay/銀行振込)

<https://syncable.biz/associate/wakayama-inochi/donate>



尊い寄付をありがとうございます

和歌山コンピュータビジネス専門学校
システムエンジニアコース、コンピュータグラフィックスコースの
メンバーで構成されたSE・CG合同班

この度、卒業制作として和歌山いのちの電話協会のホームページを作って寄付して下さいました。1月末のリリースに向け丁寧な打ち合わせをしていただきました。



2023.7.1～2023.12.31に
ご寄付をいただいた方々

(有)アーンジュコンパニオン / 石関 光朗 / (株)石橋 石橋 幸四郎 / 岩崎 頼子 / 宇治田 幸雄 / 岡本 由美 / (株)えにし / 川島 正明 / 紀州ファスナー工業(株) / 北野 愛子 / 北野 敏紀 / 坂本 義浩 / 惣光寺 / 高木 敏恒 / 高須 斗季子 / 田川 元康(ご蔵書) / 竹下 淳也 / 温 忍 / 林 千代子 / (株)春風会 三木 拓哉 / 日本基督教団東梅田教会 / 福嶋 啓之 / 丸山 隆子 / 光成 美子 / 南出 裕子 / 柳瀬 智明 / 横田 栄夫 / 吉村 文孝 / (株)ワークメイト / 匿名 (五十音順 敬称略)

連載
コラム
05

はるか昔から続く紀の国

紀 俊崇

和歌山いのちの電話協会監事

地元紀伊国に由来する神話や古代の歴史をご紹介します。第五回目は「和歌山電鉄貴志川線で行く、和歌山三社参りの旅」続編です。前回で三社参りの終点伊太祈曽駅まで到着してこのシリーズも終わるつもりでしたが、せっかくの機会なので貴志川線の終点貴志駅まで続けることにしました。これまで同様、鉄道旅のイメージで各駅の小話を交えながらご紹介いたします。もう一話だけお付き合い下さい。

電車は伊太祈曽駅を発車。程なく九番目の山東駅に到着です。先に停車した神前駅や吉礼駅もそうでしたが、この沿線には古くからの地名が多く残されています。江戸時代、紀州藩によって編纂された地誌紀伊続風土記によると「名草郡の東に在り、山々に隔てられている故に山東と名付ける」「口須佐郷、伊太祈曽郷、平尾郷(郷Ⅱ村)の三郷合わせて山東荘の名を以って統一する」という記述があり、山東の名前の由来と当時の領域の広さを窺うことが出来ます。ちなみに本書には天正年間(※1)に起きた豊臣秀吉の紀州攻めによる同地域での被害状況なども見ることが出来ます。

続いて山東駅を出発。少し進むと今度は山間の緩やかな上り坂に差し掛かります。駅間最長となる二、二キロをゆっくり上った先にあるのが十番目の大池遊園駅です。大池と書いて

「おいけ」。紀の川市、和歌山市と海南市の境目に



位置し、二〇〇九年まで県立自然公園に指定されてきました。春の桜、秋の紅葉に貸しポートなど、私たちの世代にとってはいろいろ思い出のある方も多いのではないのでしょうか。

十一番目が西山口駅。駅の北側に西山集落というところがあり、その入り口の意味で付けられた駅名とのことです。十二番目が甘露寺前駅。寺院の正式名は浄土宗洗心山甘露寺。某アニメのキャラクターと同じ名前、今でも人気スポットとなっているようです。実はこの西山口駅と甘露寺前駅は私にとつていわゆる「未踏駅」でして、なかなかイメージが付かずちゃんとご紹介することが出来ませんでした。大変失礼いたしました。両駅とも近いうちに一度降り立ってみたいと思います。

そして十三番目が終点の貴志駅。ご存じブームの火付け役となった売店の飼ひ猫たま駅長生誕の地であり、たまミュージアムの駅舎は今も健在です。路線名の由来となっている貴志川は高野山西麓を水源とし、かつらぎ町、紀美野町を西流した後貴志川町方面に北流し、最後は紀の川に合流します。無数のホタルが飛び交う清流としても有名ですね。

貴志川線シリーズ、三回に亘りお付き合いいただき有難うございました。さて次回はその貴志川から繋がる紀の川のお話し。河口となる紀伊水道を起点に上流方面へ辿りながら、紀の川周辺の歴史を探ってまいります。

(※1)一部抜粋・要約しています(※2)西暦一五七三年から一五九二年まで

あしあと

2023年8月～

2023年 9/16 39期養成講座
「自分を知らう(グループエンカウンター)」
Office-K 代表 木下忠恭先生



10/7 全体研修
「声を頼りに患者と向き合う
～電話相談との共通性～」
和歌浦病院副院長 生駒芳久先生



11/10 長年活動されているお二人が
表彰されました。
和歌山市社会福祉功労者表彰
市長表彰 11期生O・さん
社会福祉協議会会長表彰 12期生S・さん

11/20・11/21 連盟主催事務局員研修
11/25 全体研修「さまざまな相談に向き合う」
臨床心理士 加藤和子先生
12月 39期18名が現場実習に進みました。
12/29～1/3 内閣府事業
「孤独・孤立相談ダイヤル」に参加
2月 新ホームページに移行

2023年(令和5年) 電話相談受信件数



8391 件

これから

40期電話相談員養成講座 現在募集中

期 間 | 2024年5月18日(土)～10月26日(土)
原則月2回
土曜日 13:30～16:30

締切
5/10(金)

講 座 | 19講座 (26単位中20単位以上受講を要す)

会 場 | 和歌山市中央コミュニティセンター (予定)

定 員 | 20名 (8名に達しない時は開催しない場合あり)

受 講 料 | 15,000円

申 込 金 | 3,000円 *申込金の返却は致しません。

受講資格 | 23歳以上70歳以下の方。資格、経験不問。

この活動は無償のボランティア相談員によって行われています。
活動の趣旨に賛同し、心身ともに健康で奉仕の精神を持って
積極的に参加される方、仲間になりませんか。

講 義 | いのちの電話の歴史と使命
精神疾患と治療 / 発達障害について
カウンセリングとは
親子の問題とその支援
現代福祉と権利擁護
心の危機に寄り添う など

ワーク | グループワーク / ロールプレイ など

- 受講後11月に現場実習に進むための面接があります。
- 活動をしながら1年後に認定審査を受けます。

申込方法
事務局

● ☎ 073-425-3261
(月水金 10時～15時)

● 🌐 <https://w-inochi.com>



▶ せっかくかけて下さってもつながりにくい場合

まもろうよ ところ

<https://www.mhlw.go.jp/mamorouyokokoro/>

厚生労働省サイトより

いろいろな相談方法を知ることができます



編集後記

子ども食堂の特集の編集にあたり感じたことは、子どもへの支援のみならず、親への支援も必要であるということだ。子ども食堂を利用することへの後ろめたさ、本当に必要な人に対して支援が行き届かないこと。支援が本当に必要なのは大人なのかもしれない。よく頑張ったねと抱きしめられたいのは大人の方かもしれない。いのちの電話は迷子の大人たちを抱きしめる場でもありたい。誰でもいつでも戻ってきていいという隠れ家のような居場所でありたい。(K・K)

社会福祉法人 和歌山いのちの電話協会

- 事務局 〒640-8137 和歌山市吹上5-2-15
- TEL 073-425-3261
- 発行責任者 理事長 加藤和子
- 編集 広報誌作成チーム