

# 聴く

新潟いのちの電話だより

2011.9

No.110



相談電話

**(025) 288-4343**

上越(025) 522-4343

長岡(0258) 39-4343

新発田(0254) 20-4343

村上(0254) 53-4343

## いのちの電話の「いのち」を考える(1)

石本 勝見

新潟いのちの電話は、「いのち」のことを中心に相談活動をしています。いのち、とはなんでしょう?誰もがご存知のように、いのちとは、心と同様に眼には見えません。本物の「いのち」の現物を「これ」といって差し出すことはできませんが、何かにとえて言うことはできます。「いのちが燃える」というように「火」に喩えて言う場合があります。火が燃え続けるためには、当然燃やす材料が途切れなく必要ですし、雨が降ったり、風が吹けば消えてしまうことがありますから、それらに対する配慮や注意が絶えず必要になります。

新潟いのちの電話は、この「いのちの火」が消えないように、また自ら消さないで欲しいと強く願っています。そして、この火が消えそうになった、消したくなった時などには話してください、24時間365日あなたの隣で待っています、といい続けて来ています。

私たちは、疲れている人に「がんばれ」とか、燃やす材料はあそこにあるから、とか命令したり指示したりしません、できません。がんばる力が今、自分にあるのか、あっても、今使えるのか、あるいはいのちの火を燃やす材料が近くにあるのか、あったとしても気づかないでいるのか等々それに気づいたり、見つけたり、取りにいったりすることができるのは、最後は自分にしか、その人にしかできないのだと思っています。

私たちは、もしよければ、あなたの隣にいたい、あなたのことを、あなたが分かっているようには理解できないかもしれませんが、もしよければ話を聞かせて欲しい、そして、互いの心のキャッチボールから、なにか心が安らいだり、今まで気づかなかったことが見えてきたり、いのちの火を燃やし続けることに意味を見出してもらえらるなら、こんなに嬉しいことはありません。

新潟いのちの電話は、そんな想いで、今日も電話の前でお待ちしています。

(新潟いのちの電話 理事長)

## ある日の相談室より

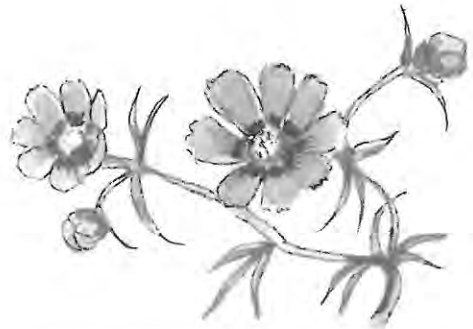
「一応、大学生なんだけど…。僕の人生はもう終わってしまった…」と、若い男性の声。この春留年し、2回目の就職活動をしているが、内定がもらえず苦しい日々を送っていると言う。

「今年も決まらなかったら、どうすればいいのか。他の人は就職が決まるのに、自分だけが置いていかれてしまう」何十社からも不採用の通知をもらっている。また、だめだったらと思うと、もう面接に行くこと自体が怖くて怖くてたまらない。気持ちを奮い立たせるのも限界に近い、と話す。

「大学での成績もそこそこだったし、サークル活動だってやってきた。何でも努力してきたのに、なんで就職活動だけはダメなんだろう。他の人と僕の違いは何なのか。自問自答を繰り返しているんです」

「明後日も面接があるんです。また落ちるんじゃないかと思うと夜も眠れないし、緊張とプレッシャーで押しつぶされそうです」と話すあなたの不安やつらさを、私は受け止めることができたでしょうか。今でも、思い出す。

(内容は、電話を基に構成し直したものです)



毎月10日(午前8時より翌日午前8時まで)は  
フリーダイヤル「自殺予防いのちの電話」が実施されています。  
電話番号 0120-738-556

## 家族会のこと

川尻 玲子

私は精神科の病院に勤務しているが、そこで家族会を担当するようになってもう10年以上になる。月に一度定例会があって家族が自由に話をしていくのだが、最初のころは私が司会をしていた。最近は慣れたもので、皆さん集まるとすぐに話が始まる。私の仕事は鍵の開け閉めと終わりの合図だけになった。私はただ皆さんの話に耳を傾けているだけである。

統合失調症という病気は薬さえ飲んでいけばよいというわけではない。病気どうまく付き合いどう生活を組み立てていくかが重要である。本来は専門家の仕事のはずである。しかし日本ではその部分のほとんどをずっと昔から家族が担ってきているのである。その負担の大きさに疲れ果て社会から孤立していく家族は多い。

定例会で話されることは、専門的な知識を持たない家族が(その多くは母親であるが)日々の生活の中から考え出した実践の賜物である。霊が話しかけてくるという息子にどう言えばいいのか困ったTさんは毎回診察に同席して主治医がどう応対するか観察した。Sさんは退院してきた娘が食事くらい作れるようにと食材を取ることにした。食材にはレシピが付いてくる。Sさんは娘と一緒にレシピを見て夕食を作った。二人とも誰に聞いたわけではない。自ら考え出した工夫である。家族の言葉は重い。

(臨床心理士)



## お知らせ

### 新潟いのちの電話 ～心の健康セミナー

(新潟いのちの電話と  
いのちの電話後援会主催)

昨年好評をいただいた「心の健康セミナー」を今年も開催することになりました。

どの会場も入場無料です。たくさん  
の参加をお待ちしております。

#### 内 容

- ・高橋竹育、小林史佳親子の  
津軽三味線演奏とトーク
- ・及川紀久雄 新潟薬科大学名誉教授の  
「こころと薬の話」

#### 〈新潟地区〉

日時 9月17日(土) 14:00～16:00

会場 だいしホール

#### 〈上越市〉

日時 10月19日(水) 14:00～16:00

会場 上越文化会館

(入場整理券が必要です)

#### 〈長岡市〉

日時 11月18日(金) 19:00～21:00

会場 リリックホール

#### 〈田上町〉

日時 11月19日(土) 14:00～16:00

会場 田上保健福祉センター

#### 〈村上市〉

日時 11月26日(土) 14:00～16:00

会場 教育情報センター

(入場整理券が必要です)

### 30期電話相談員養成講座

募集要項が出来ました。ご希望の方は事務局にお問い合わせ下さい。

申し込み期間

2011年12月1日(木)～2012年2月15日(水)

研修期間

2012年4月～2013年3月まで1年間

### 会費納入 ありがとうございます

災害、不況など厳しい社会情勢の中、活動を支えてくださっている大勢の会員、団体、企業の皆様の温かいお気持ちを感じています。会費は大切にさせていただきます。

### 第25回チャリティバザー (後援会主催)

日時 9月25日(日) 11:00～14:00

会場 新潟市総合福祉会館

2階 多目的ホール

みなさまに喜んでいただけるバザーになるように後援会の方々が中心になり、準備を進めています。

毎年バザーの収益金はいのちの電話の運営の大きな力となっています。ご来場をお待ちしています。

2011年9月5日発行

社会福祉法人 新潟いのちの電話

〒950-0994 新潟市中央区上所2-2-3 新潟ユニゾンプラザ ハート館  
事務局 TEL (025) 280-5677 FAX (025) 280-5677

この冊子は赤い羽根共同募金配分金を受けて発行しています。

## ちょっとした仕草

歳をとって生きていくのがつらく  
からだもいうことをきかず  
さまざまな障害や不自由に苦しみ  
先が不安だというときには  
大げさな言葉は求めない方がいい

突然、職を失って  
まったく見通しが立たないときも  
大げさな言葉は求めない方がいい

病気になり、なおる見込みもなく  
痛みに泣くしかないときも  
大げさな言葉は求めない方がいい

もうだめだ、いまは、疲労と絶望しかなく  
過ちの責任を取るしかないと思うときも  
大げさな言葉は求めない方がいい

ちょっとした、思いやりの仕草があれば  
それで充分なのだから

フィル・ボスマンス