

# 聴く

新潟いのちの電話だより

2019.12

No.143

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

インターネット相談

<https://www.inochinodenwa.org/>



## パン屋の店先からパートII

野上信子

このところクリスマスに向けてシュトーレン作りに追われています。ドライフルーツやナッツを贅沢に使ったこの発酵菓子は、熟成するほど美味しくなるので食べ頃が待ち遠しいです。

白山駅前で「野上製パン店」を開いてから一年になります。念願のパン屋をこの場所で開こうと決めた理由は、店主である息子夫婦が高校時代を過ごした思い出の場所であること。息子が新潟がんセンターにお世話になっていること。私も40年間勤めた会社が近くにあり、ご縁を感じる場所だったからです。一年経った今、ありがたいことにお客さまのほとんどがご近所さんです。朝一番、熱々のパンを抱えて走って帰られる奥さん。娘さんへのお土産にいつもたくさん買ってきてくださるお向いさん。仕事帰りに「酒のつまみが欲しい」と探すお客さまには、お酒にぴったり寄り添うパンを選んで差し上げます。私の得意分野ですので、ことさらに会話が弾みます(笑) 少し体のご不自由な常連さんがいらっしゃると、居合わせたお客さまが扉の開閉を手伝ってくださり自然と温かな言葉が交わされます。こんなふうに地域のみなさまの生活に、うちのパンが少しずつ溶け込んできているのかなと感じています。

ある日の夕方、がんセンターで今ご家族が手術の真っ最中というお客さまがいらっしゃいました。「何か腹の足しになるものを探していたら偶然パン屋を見つけました。良かった」と大量のパンを買って行かれました。きっと待合室でお身内と不安な時間を過ごされるのでしょう。かつて息子のがん治療で手術を繰り返す度に長い時間待っていた経験と重なり、つい涙腺が緩んでしまいました。

息子がお世話になっているドクターや看護師さんも常連さんです。今こうして元気に仕事ができることにお礼を申し上げると、「私たちも美味しいパンが食べられて嬉しいです」とやさしく返してくださいます。

息子は闘病中の患者さんやご家族に自分のパンを食べてもらいたいと言います。自分が闘病中に考えたレシピがたくさんあり、てんさい糖やひまわり油など材料を吟味して食べやすく仕上げています。患者さんの気分が良い時にでも食べてもらえたらいいなと願っているようです。

パンを通してエールをお届けしたいと思う今日この頃です。

(新潟いのちの電話後援会事務局長)

## ある日の相談室より

何ヶ月ぶりだろう、深夜の時間帯を担当した。白くて明るいけれど静けさを感じさせるLEDの灯りが、深夜の静寂を醸し出している。少しの間、ベルの音が途切れた。机の上のデジタル時計は12時になろうとしていた。

2回ベルが鳴るのを待って、ゆっくり受話器をあげる。60過ぎの女性だった。結婚して40年、ずっと夫からのDVに苦しみ、うつを繰り返し今も受診しているとのこと。そこで出会った精神科の先生から勇気もらい、新たな一歩を踏み出す決意が固まってきたことを淡々と話す。自分の決断について意見を求めるのではない、自分の意思を確認するように、これでいいんだと自らに言い聞かせるように聞こえるのは、夜の静けさのせいだろうか。

会社や近所の人からは、人あたりが柔らかく大人しい人と思われている夫だが、一歩家に入るとまるで別人のようだ。掃除の仕方、料理のメニュー、アイロンのかけ方など、大声をあげるのは日常茶飯事、殴られてしばらく動けないことも何度もあった。

今は密かに、けれど着々と準備を進め、年明けの頃には家を出て、新たな生活を始めるという。新しい人生を始めるのに年齢は関係ない、明日を作るのは自分自身だと教えてくれた電話に感謝し、じっくり聴いた受話器を下ろした。1時になろうとしていた。

(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 0120-783-556

## ラグビーから学んだこと

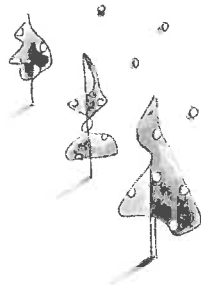
谷川則子

2019年ラグビーワールドカップ日本大会が日本中に熱風を巻き起こし、つい先日幕を下ろしました。皆さんは試合をご覧になりましたか？ 実は私、10年前から密かにラグビーファン。今大会を待ちに待って遂に念願叶い、試合会場で大声援を送ってきました。それが終わった今、ワールドカップロス(?)のような心持ちなのですが、でも今回はうれしい予想外の事態『多くのラグビーファン誕生』に心弾んでもいるのです。選手ひとりひとりが自分と仲間を信じ、強靱な相手に向かって体当たり、そしてひとりひとりが少しでも前へと進んで仲間に繋ぎ、目的の相手陣地深くにトライする姿。選手達からも本当にたくさんの力をもらいました。

そもそも私がラグビーを好きになったのは、体格や得意なことがそれぞれ異なる15人が、自分の持ち味を活かしながら仲間と協力し合ってプレーする姿に感動したからでした。足は遅いけど力持ちの人、背は小さいけど機転がきく人、ガッツがあってタックルが上手い人、誰よりも足が早い人、いろんな皆が集まって成り立つスポーツなのです。そして体を相手と直接ぶつけるスポーツなので規律を守る中で全力を出すことが大切で、それが自分や大切な仲間を守り、戦う相手をも守ることを体で学びます(それは相手がそうすることで逆に自分にも返ってくるのです)。お互い痛みを負いながらもフェアプレーし終わると、自分や仲間、そして敵である相手にも自然と敬意が生まれるところは本当にすごいと思います。またチャンスがピンチに、逆にピンチがチャンスに変わるので諦めずに粘

り強くその時を待つこと、仲間と一緒に目標達成するにはどんな時もしっかり言葉でコミュニケーションすること、そんなこともラグビーから教わりました。ラグビーの魅力はまだまだたくさんあるのですが、いつも私が思うのは「若者が暮らすこれからの社会の中にもこんな要素があったらな…」ということです。人と人がいかにして繋がるか、今失われつつある大切なことがラグビーの中にはあるような気がするのです。

(臨床心理士)



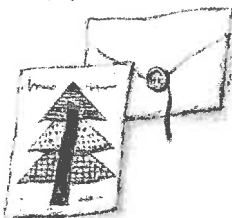
## お知らせ

### ご支援ありがとうございました

9月23日、チャリティバザーを開催しました。後援会の皆さまをはじめ、たくさんの方々のご支援のおかげで、今年も大盛況でした。品物によってはあっという間に完売、また、喫茶コーナーでくつろぎながら、ねぎらいの言葉をいただくなど、私たちの励みにもなりました。ほんとうにありがとうございました。

### 中学生にカードをお配りしました

後援会下越支部の皆さまのご尽力により、下越地区(阿賀野市、新発田市、胎内市、村上市)の中学生へ、いのちの電話の番号が記載されたカードをお配りしました。若者の自殺率の高さが社会問題になっている中、いのちの電話にも10代の方から相談が寄せられることがあります。ひとりで抱え込まず、相談してくれることを願っています。



### 第38期ボランティア相談員募集

1984年に開設して以来、毎年養成講座を行っていますが、近年、相談員不足が深刻化しています。24時間、365日、つながり続けるために、一緒に活動する仲間を募集します。

申し込み期間

2019年12月2日～2020年2月28日

募集要項など詳しくは、ホームページをご覧ください。事務局にお問い合わせください。

### 新潟いのちの電話 市民公開講座

「心もからだも『冷え』が万病のもと

～川嶋流冷え取り術～

日時 2019年12月14日(土)15時～17時

会場 新潟市 だいしホール

講師 川嶋 朗先生

(東京有明医療大学 教授)

ご来場をお待ちしております。

### クリスマス・歳末募金のお願い

センターの維持費、相談員の研修など、いのちの電話の活動のため、皆さまのご協力をよろしくお願ひいたします。

2019年12月1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

ホームページアドレス <http://www.ni-denwa.jp>

12月の絵手紙



Sakurai Kouji