

—— ひとりで悩まず話してみませんか

北海道いのちの電話

24時間：011-231-4343
ナビダイヤル：0570-783-556

フリーダイヤル毎月10日(午前8時~翌日8時)

0120-738-556

ファックス相談(聴覚・言語に障がいのある方)

011-219-3144

♥ ♥ ♥ 自殺予防を願って

2014.4

No. 120

いのちを守る灯をともし続けたい

— 頼りは皆さんのご協力 —

開設以来 35 年、深刻な悩みを抱えている人たちの相談電話を受け続けている「北海道いのちの電話」の事業運営に“黄信号”が点灯しています。

運営資金の 7 割以上を個人や企業・団体の善意に頼っていますが、協力していただいている方々が減っており、2013 年度は 2012 年度の 88%にとどまってしまったからです。

私たちは、いのちを守る大切な灯を、より明るくともし続けたい、と願っています。

今号は、いのちの電話の活動や運営の現状を特集しました。皆さんの一層のご理解、ご協力をお願いします。

♥ 「いのちの電話」の歴史について ♥

自殺予防を目的として電話による相談事業を開始したのは、イギリス国教会牧師のチャド・バラード氏で、1953 年にボランティア組織「サマリタンズ」(よき隣人の意味)を創設しました。

その電話相談のあり方とは、いわば身近な友人のような、分けへだてのないありのままの態度で、電話の向こうの相手の話に耳を傾けることです。専門家による指示的な電話相談ではなく、良識ある一人のボランティアとして、かけ手に共感的理解をもって傾聴することを基本としています。

深く傷ついたり、悩み苦しんでいるかけ手の気持ちに寄り添い続けることで、かけ手が安心することでこころを開くこともできますが、それが現在も電話相談のあり方として受け継がれています。

日本最初のいのちの電話は、1971 年に東京に開局しました。その後、北海道いのちの電話は、1979 年 1 月 25 日に全国で 6 番目に開局し、1987 年 6 月 1 日から現在まで、24 時間電話相談を続けています。

道内のいのちの電話は、「北海道いのちの電話」のほか「旭川いのちの電話」(1980 年開局)があり、全国で 51 都市に広がっていますが、24 時間の電話相談を受けているのは、北海道、旭川を含めて半数の 24 局です。全体の相談員数は約 7,100 人、電話相談は、合計で約 758,247 件(2012 年)に及びます。

「いのちの電話」に関係する電話相談は全世界に広がっていますが、その基本的態度は、宗教、思想、信条、国家体制を超えて、共通して受け入れられているとも言えるでしょう。

♥ 「自殺予防いのちの電話」と「震災ダイヤル」 ♥

バブル崩壊後、1998 年からわが国の自殺者数が年間 3 万人を超えるようになりました。

自殺について悩み苦しんでいる方々に対し、フリーダイヤル「自殺予防いのちの電話」をアピールして

電話をつながりやすくすることを主眼に、2001年12月1日から、全国のいのちの電話が連携した共通ダイヤル（0120-738-556）が開始されました。

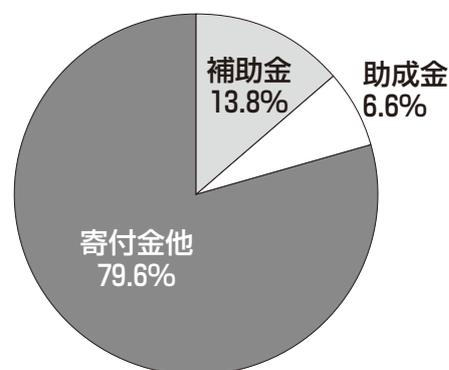
2006年の自殺対策基本法の制定以降、様々な自殺対策が試みられる中、「自殺予防いのちの電話」は、継続して成果をあげています。

また、2011年3月11日、突然起きた東日本大震災で大きな被害を受けた、宮城、岩手、福島、茨城の4県を対象に、2011年3月28日からフリーダイヤル「震災ダイヤル」を開始し、同年9月11日から、全国のいのちの電話が連携して実施しました。「震災ダイヤル」は、2013年9月30日で終了しましたが、多くの電話相談員が担当し、被災された方々の様々な訴えや、悲痛な叫びの電話を受け続けました。いのちの電話は、今でもそうした声を聴き続けています。

◆運営は綱渡り◆

図は、2012年度「北海道いのちの電話」の収入状況を表したものです。内訳は北海道や札幌市からの補助金が13.8%、赤い羽根共同募金、北海道新聞社会福祉振興基金や札幌信用金庫社会福祉基金などの助成金が6.6%、残りの79.6%は、年間3,000円の会費を負担してくださる個人会員、1万円以上の年会費を拠出してくださる企業・団体会員の寄付と、チャリティーコンサートなどの事業収入です。相談員に応募して、電話相談の基本的な知識や姿勢を学ぶ方たちに負担していただく研修費用もその中に組み込まれています。

このように財政面で中心的な役割を担ってくださっている個人会員の寄付が、2013年度は過去5年間の平均に比べて約88%に、企業・団体会員も93%になる見込みで、収入総額は予算の97%にとどまりそうです。



2012年度 収入内訳

北海道いのちの電話の会員になってください —個人会員・企業団体会員に加え、新規に協賛会員募集—

社会福祉法人北海道いのちの電話は、法人の活動を年会費の納入によりご支援いただき、2014年度新会員を募集しております。

個人会員	年会費 3,000円	
企業・団体会員	年会費 10,000円	
賛助会員	いつでも自由に寄付を納入する会員	どうか、皆様のご支援をお願いします。

さらに2014年度より、企業・団体の皆様を対象として北海道いのちの電話「協賛会員」を新規に募集することにいたしました。

協賛会員 年会費 100,000円

多くの企業・団体の皆様に社会活動の一環としてご検討いただき、協賛会員として当法人をご支援くださいますようお願い申し上げます。

会員の皆様には広報・事業報告書を送付し、法人活動状況をお知らせいたします。



～相談員も不足～

長く3万人を超えていた全国の年間自殺者数が、2012年、2013年と続けて3万人を割り込みました。北海道でも2008年をピークに減少していますが、それでも「いのちの電話」に救いをもとめる人は少なくなっています。

「北海道いのちの電話」の相談員には現在200人が登録していますが、実働は170人です。1日を8区分して相談にあたっており、昨年の受信件数は、19,679件となりました。

ただし、相談員の数の関係で受信できなかった電話も多く、「実働相談員を200人は確保したい」と考えています。相談員が1人増えると、年間150件の電話に応じることができるからです。

現在、第37期の相談員になるための養成講座受講生を募集中です。熱意のある方の応募を心からお待ちしています。



◆北海道いのちの電話相談員の募集◆

★講座定員 40名

資格は、20歳以上で、相談員として深夜帯も担当できる方です。

※いのちの電話相談員になるためには養成講座を修了し、相談員としての認定を受けることが必要です。

★養成講座

2014年7月～2016年3月（1年9ヶ月）

毎週火曜日 18:45～21:00

*2時間15分、時間帯変更もある

前期 2014年7月～2015年4月（講義・体験学習）、

後期 2015年5月～2016年3月（実習）

★研修費用：40,000円（2回の分割納入）

その他宿泊研修費実費。

★選考

1次選考：書類選考

2次選考：面接 面接日：2014年6月7日（土）

※書類選考の結果は応募者全員に通知します。

★募集期間：2014年2月1日～4月30日

（当日消印有効）



事務局日誌

（2013年11月1日～2014年2月28日）

- | | | |
|-------|--------|----------|
| 11月 | 9日（土） | 理事、評議員会 |
| | 26日（火） | 広報119号発送 |
| 12月 | 14日（土） | 研修委員会 |
| 2014年 | | |
| 1月 | 18日（土） | 運営会議 |
| | 25日（土） | 相談員全体研修 |
| 2月 | 22日（土） | 運営会議 |

詳しくはホームページをご覧ください。

<http://www.inoch-tel.com> / 北海道いのちの電話



こころ相談員



まもる相談員

皆様から「北海道いのちの電話」にお寄せいただいた質問をいくつか紹介します



Q 家族のことで悩んで苦しんでいます。でも、誰にも打ち明けられません。死にたくなるような気持ちではないけど、いのちの電話で聴いてもらえますか？

いのちの電話は一人一人の気持ちに寄り添って、様々な悩みや訴えを聴き続けていますが、その全てがいのちに関わる電話ではありません。家族のことで悩んでいるなら、まず電話してみてください。



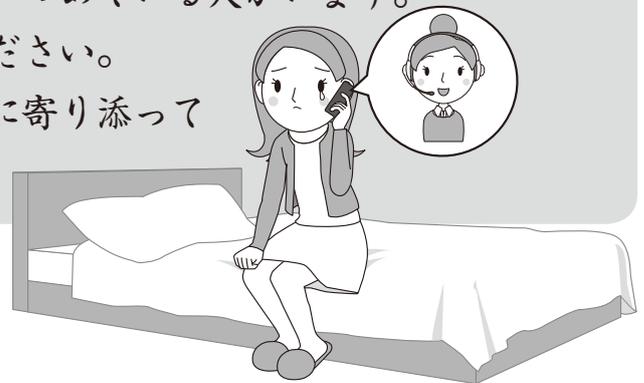
Q 私は中学生です。いじめにあって学校に行くのがつらいです。いのちの電話は子どもの悩みも聴いてくれますか？

かけてくる人の年齢はまったく関係ありません。あなたが悩んでいる気持ちに寄り添ってしっかり聴きます。それから、相談員と話していても自分の名前は言わないでいいのです。



世の中に、深刻に悩み、死にたいほど思いつめている人がいます。そんな時、いのちの電話にかけてみてください。孤独でつらいと感じているあなたのそばに寄り添って生きることを願っている人がいます。

*つらい思いをされている方の電話がつながりにくくなりますので、いたずら、いやがらせのお電話はやめてください。



編集後記

いのちの電話の相談員になって早二年。

月数回の電話担当を通じて、「いのちの電話」を必要としている多くの人がいることを実感しています。電話の向こうの相談者のつらい気持ちに直面し、一緒に想いを感じています。

相談者が自分の想いが通じたと感じているか、それは私たち相談員が決めることではありません。

ただ、そう想ってもらえるよう、あなたが一人ではないことを伝えることの大切さを気持ちに込めてボランティアを続けています。今回の特集から、そのような想いも感じていただけたら幸いです。(M. S)

社会福祉法人 北海道いのちの電話(開局1979年1月)
事務局 〒060-8693 札幌中央郵便局私書箱107
TEL 011-251-6464 FAX 011-221-9095
URL <http://www.inochi-tel.com/>

発行人 南 慎子
編集人 広報委員会



Q 何度かけても電話が繋がらないときは、どうしたらいい？

時間帯にもよりますが、いのちの電話はたくさんの方から集中して電話がかかってくるのでつながりにくい場合があります。その際は時間をおくか、何度かかけ直してみるようお願いいたします。



Q どんな人が相談を受けてくれるの？
それに、耳が聴こえない人は相談できないのかな？

ボランティアですが、実習を含む長期間の研修を受けています。安心して電話をかけてみてください。
また、耳や言葉の不自由な方専用で、FAX 番号 (011-219-3144) がありますので連絡してください。内容の秘密は守られます。なお、返信に時間がかかる場合があります。

