

—— ひとりで悩まず話してみませんか

2015.3

No. 123

北海道いのちの電話

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)

24時間: 011-231-4343

011-219-3144

ナビダイヤル: 0570-783-556

自殺予防を願って

おかげさまで35周年

今後も一層のご支援をお願いします

「北海道いのちの電話」は昨年1月25日で35周年を迎えました。今号はその歩みを振り返り、これからどう進むかを考える特集としました。

発足時、1台の電話で1日9時間の対応でしたが、今は3台、24時間体制です。ボランティアの相談員も55人から197人となり、2011年3月11日の東日本大震災の直後から3年間開設した「震災ダイヤル」にも対応することができました。

この間、運営資金を援助してくださる団体、企業、個人の方も多く、まさに“支え、支えられる35年”でした。心からお礼を申し上げます。

14年間も3万人台を記録していた全国の自殺者は、2012年から2万人台となり、北海道でも2009年から減少、昨年は1,151人でした。

「でも、まだ毎日3人以上の方が命を絶っています。私たちいのちの電話の活動が悲しい数字をさらに減らすことに役立つよう願っています」ある相談員が2月の私たちの会報に寄せた思いです。

まだまだ活動の歩みを止めるわけにいかない。私たちスタッフ、相談員全員が心からそう願って、今日も受話器から聞こえる一人一人の声と向きあっています。どうか引き続き、道民の皆さまのご支援をお願い致します。

社会福祉法人 北海道いのちの電話 理事長 南 槇子

■北海道いのちの電話の開設：1979年を振り返って

北海道いのちの電話がスタートした1979年は様々な出来事がありましたが、10代の自殺者が919人（警察庁）と近年で最も多い年でした。2013年の10代の自殺者が547人で、実数だけで比較すると1.7倍にもなります。2月に、小中高生の自殺増加により文部省（当時）から自殺防止対策の通達が出され、9月には、いじめによる子どもの自殺事件が最初に報道されました。今からみると、子どもの自殺に着目された年と言えるでしょう。

世界に目を向けると、1979年は国際児童年で、日本でのテーマ曲「ビューティフルネーム」の音楽が街中に流れました。12月には、マザーテレサがノーベル平和賞を受賞しています。

その後に来日したマザーテレサは、次の有名な言葉を残しています。

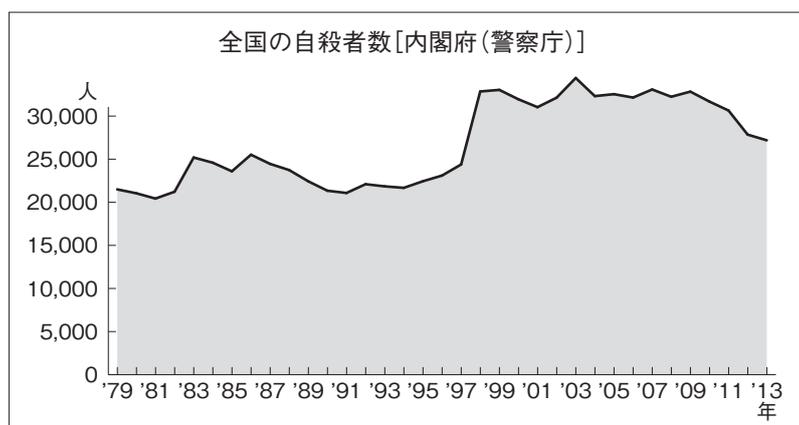
「日本は物質的に豊かな国です。しかし、街を歩いて気がついたのは、日本の多くの人は弱い人、

貧しい人に無関心です。物質的に貧しい人は他の貧しい人を助けます。精神的には大変豊かな人たちです。物質的に豊かな多くの方は他人に無関心です。精神的に貧しい人たちです。愛の反対は憎しみと思うかもしれませんが、実は無関心なのです。憎む対象にすらならない無関心なのです」

この言葉を聞いて、人々は日本の物質的な豊かさが無関心をもたらし、精神的に貧しくなっていたことに気づかされたのではないのでしょうか。

当時と比べて、現在の日本はどうなったでしょう。一見豊かに見える日本ですが、貧富の社会的格差が広がっているのが現実です。当時は見られなかった携帯電話やインターネットが社会の隅々にまで広がっていて、様々な不特定多数の結びつきがみられますが、一方で、人々のこころの貧困が深まって、さらなる孤立や孤独が増えているような気がしてなりません。

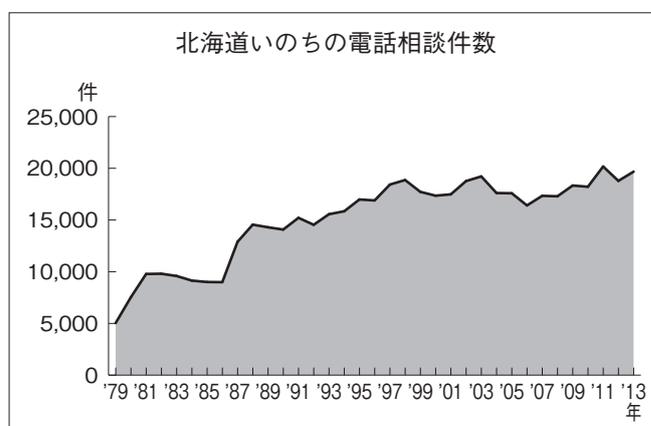
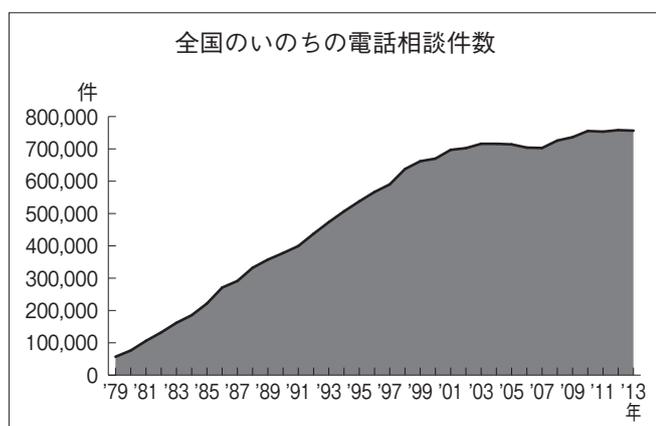
■開設以降の統計推移



1979年からの全国の自殺者数のグラフから推移をみると、83年と86年に25,000人を超えています。

北海道いのちの電話は、1987年6月1日から24時間体制の電話相談を開始しています。

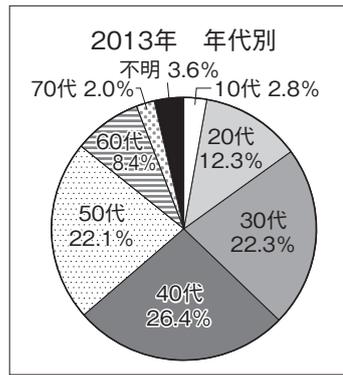
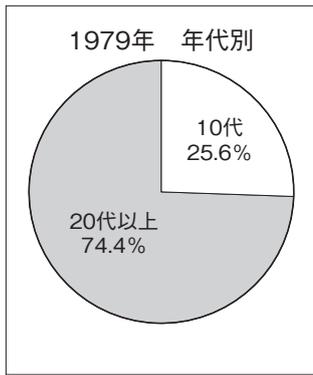
バブル崩壊後に経済的激震が日本を襲い、1998年から自殺者が年間3万人を超えるようになり、2001年12月から、日本いのちの電話連盟によるフリーダイヤル「自殺予防いのちの電話」が開始されました。また、2011年3月の東日本大震災を機に、同連盟による「いのちの電話震災ダイヤル」が開始され、2013年9月まで続けられました。自殺者は14年もの間3万人を超えていましたが、2012年からは3万人を下回っており、昨年まで3年連続で減少しています。



全国のいのちの電話49センターの相談総件数は2013年で756,537件にのびりました。

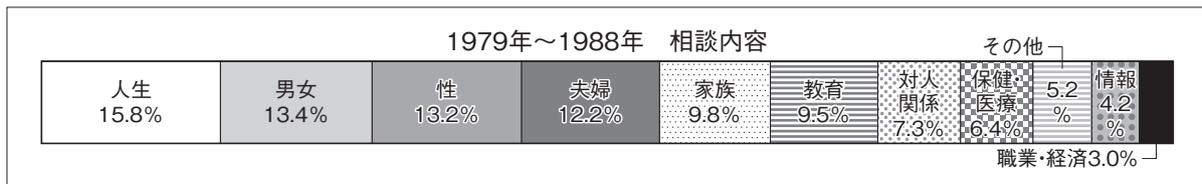
北海道いのちの電話は、発足時の1979年に3,584件の相談を受け、2013年は19,679件と5.5倍に増えました。相談員数も当時55人でしたが、現在は197人で3.6倍になっています。

■北海道いのちの電話の年代別・相談内容の比較



北海道いのちの電話の発足時は、多くの子どもから電話がかかってきていました。1979年は10代からの電話が相談件数の25.6%を占めました。

2013年の10代の割合は2.8%であり、20代で12.3%、30～50代で70.8%、60、70代で10.4%を占めています。



相談内容は、発足時からの10年間と2013年を比較すると大きく異なっています。

「人生」がともに最大であることに変わりはありませんが、その次に多いのは、以前の「男女、性、夫婦」などから、「精神・身体」へと変わっています。

2013年は「人生」と「精神・身体」だけで全体の半数を占め、他者との関係よりも、病状を含めた自分自身の相談が増えていることがわかります。

■北海道いのちの電話のこれから

開設当時と比べると、現在は多種多様な相談電話が開設されていますが、いのちの電話は鳴り止むことはありません。

「北海道いのちの電話」はそれぞれの時代に寄り添って電話を受け続けて今日に至りますが、35周年を機に、多くの電話を受けるための相談員の増員、さらなる相談員のレベルアップ、適切な関係機関への紹介や自殺防止対策の推進など、私たちのあり方についてさらに深く考えていかなければならないと思っています。

そのためには運営する資金をどのように確保するかが大きな課題です。すでにご支援いただいている方のご協力により、新たな支援者を紹介していただくほか、企業・団体の協力を得てすそ野を広げていくことが必要であると考えています。



訂正

昨年11月末発行のNo.122前文に「統合依存症」とあるのは「統合失調症」の誤りでした。お詫びして訂正します。

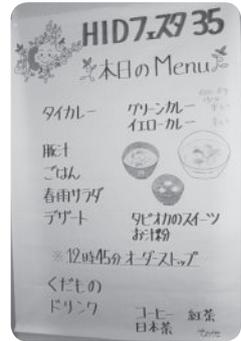
北海道いのちの電話35周年記念フェスタ

2015年1月24日（土）に記念フェスタが催され、相談員約70人が参加して盛大に行われました。日頃は電話相談の現場や互いの資質向上のための研修会で、やや緊張する雰囲気の中で顔を合わせることも多い相談員同士ですが、この日ばかりは、リラックスした雰囲気の中で、お昼を挟み、いろいろな話題に花を咲かせ、楽しく有意義な時間を過ごすことが出来ました。

フェスタの目玉は、相談員の有志が心を込めて作った料理の数々で、スパイシーなスープカレーに「美味しい」「素晴らしい」という声が多く聞かれました。また、手作り雑貨のバザー、ビンゴゲームも開催されて盛会裡に幕を閉じ、参加者から「ぜひ、毎年開催して欲しい」という希望もありました。



美味しそうな手料理の数々



手作りのメニュー表。和やかな雰囲気が伝わってくる

第32回いのちの電話相談員全国研修会 ぐんま大会

2014年11月13～15日の日程で、安中市磯部ガーデンを会場に大会が開催され、「連なるやまなみ 響きあういのち」のテーマに基づいた講演、分科会、シンポジウムなどが行われました。北海道いのちの電話からも10人の相談員が参加し、それぞれ研鑽を深めました。特に、「自然と共に生きる」「自然と向き合い、自然を感じながら生きていく」といった開催地の豊かな自然を活かした講演や分科会について、「普段都心部に住んでいては気づかないことを学んだ」という声が多く、とても有意義な大会でした。

今号の
一枚



撮影：M.S

And there was evening, and there was morning. (旧約聖書・創世記1:5)

「夕べがあり 朝があった」

たくさんの真心に支えられての35周年の足跡。そして今刻む、新しい一歩。

手と手を取り合って、輝ける明日へと。

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