

——ひとりで悩まず話してみませんか

2011.8

No. 112

# 北海道いのちの電話

フリーダイヤル毎月10日  
0120-738-556

ファックス相談(聴覚障がい者の方)

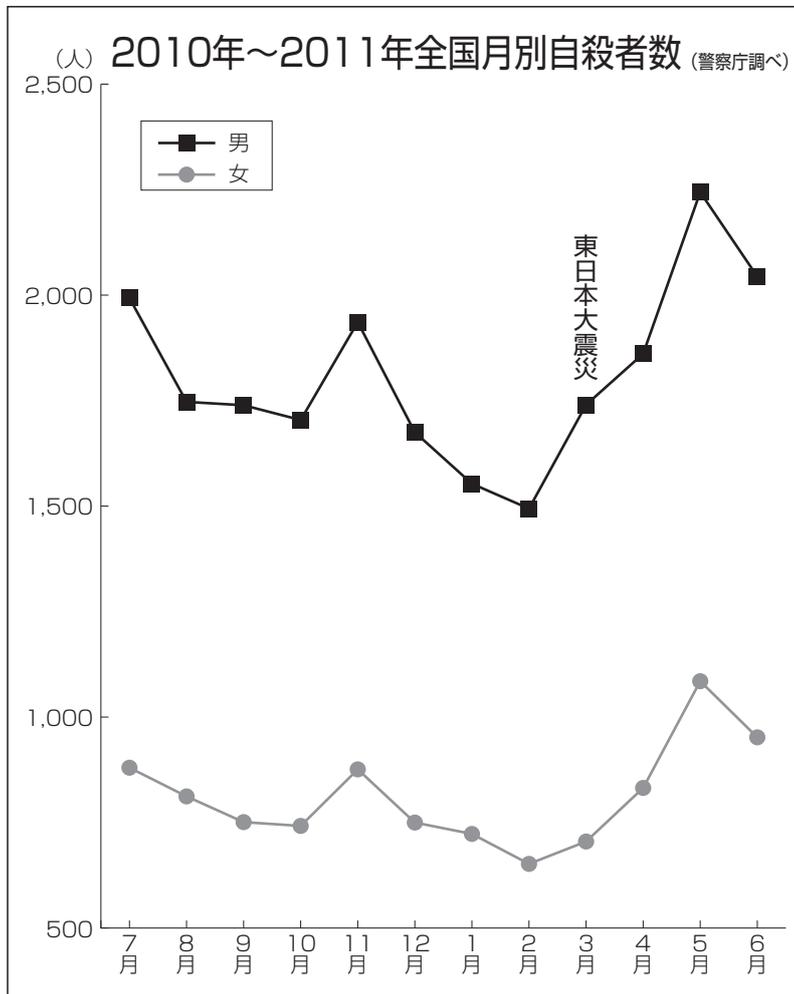
011-219-3144

24時間 011-231-4343

♥ ♥ ♥ 自殺予防を願って

## 近年、男性の自殺が増えたのは

## 私たちを取り巻く社会全体の問題です



日本は自殺者の数が12年連続3万人を超え、その7割を男性が占めます。さらに去年、遺骨の引き取り手のなかった「無縁者」が年間3万2千人を超えたとも報じられました(NHK)。経済の悪化が、他人を思いやる余裕を奪いました。さらに今回の震災の影響を受けた道内の企業(観光業ほか)の倒産やリストラにより、仕事を失う人たちが増えています。2008年のリーマンショックや東日本大震災などのような特

別な出来事が無い、ごく平凡な日常生活の中でも、男性は問題を一人で抱えこむ傾向があります。まして今のように不安定な状況下、そんな男性が自殺に追い込まれていく可能性が大きくなることを、みんなが心配しています。

# 「いのちの電話」に寄せられた男性からの訴え



## 派遣 (30代)

仕事と住まいを転々としてきた。今月で雇い止め。次の仕事も見つからず、住む所もなくなる。貯金もわずか。正社員で結婚し、子供もいる人にもいるのに。結婚なんて別世界の話だ。私はどこで間違ったのか。

## ひきこもり (10代)

就職したが、上司のいじめに耐えられなくなり、辞めた。その後実家でひきこもり、夜中コンビニに行くだけ。友人も彼女もいない。家族に迷惑をかけている。生きている価値がない。

## リストラ (40代)

バブル期に社会人になったが、リストラされた。再就職先見つからない。持ち家売ってもローンの残金に足りない。妻は子供を連れ、実家に帰り、離婚届けを送ってきた。自分の人生は何だったのか、と思う。

## 過労死寸前 (20代)

人員削減で今までの倍の仕事量。体は過労死寸前。休養不足と職場の人間関係でうつになり、通院。どんどんひどくなっている。

## 多額の借金 (50代)

事業に失敗。多額の借金が残った。妻とは離婚。これからどうすればいいのか、分からない。周りの人の迷惑をさけるため生命保険での清算を考えている。

## 不安な年金暮らし (60代～)

退職後、大病をしたので、貯えが無くなった。妻は認知症では？ 子供もいないし、わずかな年金で、これからは不安でしかたがない……。

# 辛い、苦しい時「助けて」と言える社会を

**男性が悩んでいる時**、その辛い、苦しい気持ちを話せないのは、「男はむやみに人に弱みを見せるべきではない」という無言の圧力があるからではないでしょうか。でも周囲の人は話してもらわなければ分からないのです。助けられないのです。思い切って誰かに話してみませんか。貴方の気持ちを受け止めてくれる人が、一緒に考えてくれる人が、きっとどこかにいるはずです。

**相談された人は**、まず話をゆっくり聞きましょう。そして安易に「大丈夫だよ」「元気出せよ」などと言わず、相談者の思いを十分に話してもらい「私はあなたの気持ちをこう受け止めました」と言葉少なに伝えてください。もし違っていても、「いや、いやそうではなく言いたいのは……」と相談者は更に気持ちを話してくれるかもしれません。

**私たち「北海道いのちの電話」の相談員は**、誰にも話せないみなさんの心の声を聞かせていただいています。掛けてくださる方が多くてなかなかつながらないかもしれませんが、あきらめずに電話（011-231-4343・聴覚障がい者の方はFAX 011-219-3144）していただきたいのです。そして、少しでも心を軽くしていただければと願っています。

## 「北海道いのちの電話」の 相談員募集

関心のある方はお問い合わせを！

事務局（平日 9 時～17 時）

電話 011-251-6464 FAX 011-221-9095

申込用紙はホームページからもダウンロードできます。  
(URL <http://www.inochi-tel.com/>)

# 「北海道いのちの電話」2010年(1月～12月)・年間統計

( )内は前年

総受信件数	18,220 件 (18,336)	自殺志向総受信件数	1,159 件 (831)
男性	8,618 件 (9,044)	男性	512 件 (283)
女性	9,602 件 (9,292)	女性	647 件 (548)
無言の件数	2,523 件 (2,315)	一日平均受信件数	50 件 (50)
		1 件平均相談時間	30 分 (30)

## 社会福祉法人「北海道いのちの電話」役員の改選

	退 任 (2011年5月)	新 任 (2011年6月)
理 事	佐藤 正晴	牧 泰昌
評議員	熱田 洋子	池田 光幸
	池田 和彌	佐藤 正晴
	加藤 峰	嶋津 博
	笹生 正恵	諏訪 亨
	中村 誠吾	野田 敏夫

長い間ありがとうございました。これからよろしくお願ひします。



## 2010年度会計報告 (2010年4月1日～2011年3月31日)

社会福祉法人 北海道いのちの電話 単位 円

収 入		支 出	
寄 付 金	13,799,399	事業管理費	1,099,459
補 助 金	4,661,717	訓練養成費	4,411,149
分 配 金	1,100,000	調査研究費	983,605
助 成 金	300,000	広 報 費	796,759
受講料収入	506,050	事業支援費	97,860
雑 収 入	85,434	センター管理費	3,563,341
		センター人件費	7,118,531
		負 担 金	408,000
		予 備 費	108,418
		減価償却費	125,002
		当期収支差額	1,740,476
合 計	20,452,600	合 計	20,452,600

## 事務局日誌 (2011年3月～6月)

- 3月28日(月) 法人理事会・評議員会
- 29日(火) 相談員募集説明会
- 4月 4日(月) 各部連絡会
- 25日(月) 運営会議
- 5月21日(土) 法人理事会・評議委員会
- 24日(火) 33期生修了式
- 31日(火) 後援会理事会
- 6月18日(土) 相談員募集説明会
- 25日(土) 事業推進委員会 発足会

## 編集後記

NHKの朝の連続ドラマ「おひさま」で「心に太陽を持て」(山本有三訳)という詩が朗読されました。「苦しんでいる人、なやんでいる人には、こうはげましてやろう。勇気を失うな、くちびるに歌を持て、心に太陽を持て」と結ばれます。作者である岡田恵和さんの震災後の日本人へのエールでもあると思いました。自分は強くないと認めたり、誰かに「助けて!」と訴えたりするのは、しんどいことではあります。でもその勇気を失わないでください。(Y・I)

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/>

本誌は共同募金の配布金により発行  
 発行人 南 禎子  
 編集人 広報委員会