

～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」

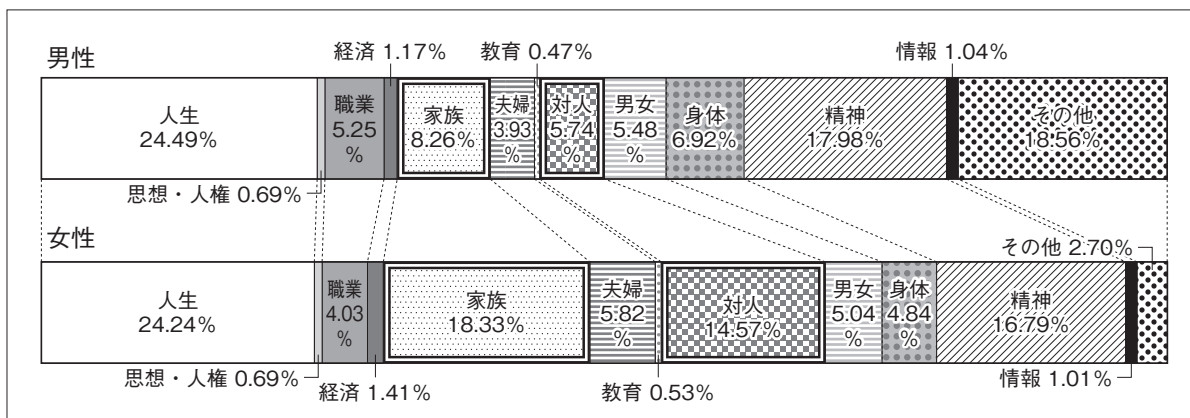
深刻な女性の悩み

～自殺傾向・男性の2倍～

平成26年の「北海道いのちの電話」への相談件数を見ると、総件数は男性が9,403件、女性が9,222件と、ほぼ同じです。しかし、その中で、自殺傾向件数（自殺したいという訴え）は男性が624件、女性が1,290件と2倍になっています。この数字から、女性が自殺に結びつくような、とても辛い悩みを抱えているケースが多い事がわかります。

相談内容の分類で、特に女性に目立つのは「家族の問題」（親子間の問題、嫁と姑間の問題等）で男性の777件に対し、女性は倍以上の1,690件です。また「対人関係の悩み」（職場の人間関係、友人関係等）も男性の540件に対し、女性は1,344件と、とても多くなっています。気がかりなのは、自殺者数が年々減少する中で、全体に占める女性の割合が、じわりじわりと上昇している事です。全国では2012年30.8%、2013年31.1%、2014年31.6%、道内も2012年の29.3%から30.5%へ、そして昨年は31.1%になりました。

相談の内容



WHOの2012年統計によると、日本の女性の、人口10万人あたりの自殺者数は13.0人と世界で5番目になっており、日本の女性が特に深い悩みを抱え、苦しんでいる事が分かります。

今は男女を問わず職業に就き、社会に参画し、家事も負担し合う時代になりつつあります。しかし、女性ならではの悩み、女性だから誰にも相談できず、悩みを深めてしまう、という事例も少なくありません。「北海道いのちの電話」の相談の中で、最近特に多くなってきた、と感じるのは、女性から寄せられる「死にたい」「生きていても仕方がない」という切実な訴えです。

女性の悩みと向き合う現場を訪ねて



「北海道いのちの電話」はそうした方々に「一人じゃないよ、話を聞かせて」と呼びかけて、24時間電話相談にあたっています。

道内、札幌市内には、ほかにも女性の深刻な悩みに向き合う多くの現場があります。(別掲)迷わずそれらの門を叩き、相談する事をお勧めします。

その現場のひとつ「札幌市男女共同参画センター」を訪ねました。

このセンターは、女性と男性が互いにその人権を尊重し、責任を分かち合う男女共同参画社会の実現を目指して事業を行っています。特に女性のための無料の相談窓口が開設されています。

今回、同センターで日々相談にあたっている方に聞きました。

Q どのような相談窓口が開かれているのですか。

A. 男女共同参画センターは3つの相談窓口を開いています。(1)総合相談(2)仕事の悩み相談(3)法律相談です。総合相談はカウンセラー、仕事の悩み相談は産業カウンセラー、法律相談は弁護士、とそれぞれの分野のエキスパートが相談に向き合います。特に当センターは、全ての相談員が女性で構成されていますので、男性相手では話しにくい、話したくない、という方も安心して相談できます。勿論、プライバシーは必ず守られます。一人で悩まずに新しい一歩を踏み出すきっかけになるはずですよ。

Q 今、女性はどのような悩みを抱えているのでしょうか。

A. 総合相談では、家庭関係の相談(離婚問題、DV、夫婦間の問題等)が半数以上を占めています。仕事の悩み相談では「職場の人間関係で悩んでいる」という声が多く聞かれます。法律相談では、離婚、夫婦間の問題が多くなっています。

Q 最近の相談傾向に変化がありますか。

A. 「モラルハラスメント」を訴える相談も目立っているようです。家庭内で、罵倒されたり、物を投げつけられたりして、精神的に圧迫されるケースです。自覚してはいないものの、実際は何年もモラルハラスメントの状態が続いていた、というケースもあります。

Q 相談者との話し合いや、関わりの中で、あなたたちが心がけているのは？

A. 「相談者がどうしたいのか」という事を最も大切にしています。「母親だから」とか「妻だから」と気持ちを抑え込まず、あくまでも「自分らしく」ある事が一番大切ではないでしょうか。私たちが「このような選択肢もありますよ」と提示する事はありますが、あくまでも決めるのは本人です。当人の意思を最大限に尊重しながら、コーディネートする事を心がけています。自分らしい人生を送るために「あなたはどう生きたいのか」という部分に寄り添い「あなたらしさ」を精一杯サポートできれば、と考えています。

男女共同参画センターで「最近多い」と指摘があった“家庭関係”の相談の中の「家庭内暴力」について「駆け込みシェルター運営委員会（女のスペース・おん）」の山崎菊乃代表理事は、次のように話しています。

勇気を持って SOS 発信を

「道の委託事業として民間シェルターを開設運営していますが、シェルターには子供の手を引いて駆け込んでくる女性も多い。DV と児童虐待はほぼ同時に行われているケースが多く、母子ともども心のケアを含めた自立支援が必要です。若年層のデート DV も増えており、最近はさらに高齢女性に対する夫の暴力が目立ちます。そのようなケースに苦しむ女性には『勇気を持って SOS を発信して』と呼びかけたいです」



女性のための相談窓口

道立女性相談援助センター (配偶者暴力相談支援センター)	011-666-9955
札幌市配偶者暴力相談センター	011-728-1234
札幌市男女共同参画センター	011-728-1225
札幌市緊急保護連絡所	011-251-7994
駆け込みシェルター運営委員会 (女のスペース・おん)	011-219-7011
性犯罪被害 110 番 (警察庁)	0120-756-310
警察の相談ダイヤル	011-241-9110
札幌市ひとり親家庭支援センター	011-631-3353
女性の人権ホットライン (札幌法務局人権擁護委員連合会)	0570-070-810

※相談内容や時間帯はそれぞれ異なりますので、直接お問い合わせください。

第36期相談員認定式と相談員交流会

5月9日（土）午後1時から、新相談員認定式が行われ、所定の研修を終えた17人が、南理事長から認定証を授与されました。また認定式では相談員継続表彰も行われました。続いて、いのちの電話理事、相談員100人余りが参加して相談員交流会が開催され、認定されたばかりの新相談員を交え、茶話会、自主グループの発表会などに楽しい一時を過ごしました。

なお、今回17人の相談員が認定されましたが、24時間365日無休で電話相談に対応する体制として厳しい現状は否定できず、更なる相談員の養成、人数増加が必要とされています。

役員のご紹介

「北海道いのちの電話」の新しい役員が決まりました。任期は2015年6月1日から2017年5月31日までです。（敬称略）

理事 南 榎子（理事長）、高杉純二（常務理事）、池田輝明、佐々木敏明、島津宏興、嶋津 博、坪田伸一、牧 泰昌、宮崎善昭、吉田陸雄

監事 青山 力、佐藤正晴

評議員 池田光幸、伊藤雅彦、大町信也、岡崎大介、岡島光行、岡田 寿、岡本雄一、小谷和雄、榊原綾子、梶原 隆、今野 渉、佐藤國彦、島 典賢、返町賢治、高橋義人、中原准一、藤田慶一、水野匡勝、森田健児、横田昌治郎、米倉美佐男

今後ともご支援のほど、よろしく願いいたします。

今号の一枚



撮影：M.S

May you be content with yourself just the way you are. Mother Teresa

「あなたは、あなたであればいい」
無理をしていませんか？ 頑張りすぎていませんか？
青い空を眺めて、ホッと一息ついてみませんか。
あなたは世界でたった一人のあなた。
ありのままのあなたが、一番輝いています。

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 榎子
編集人 広報委員会