

滋賀いのちの電話

2016年4月 5号

題字：大川匡子前理事長

『御挨拶』

NPO 法人滋賀いのちの電話
理事長 千原美重子



本年度より滋賀いのちの電話の理事長に就任いたしました。その責任の重さに身の引き締まる思いでございます。相談員の皆様、理事や活動を陰で支援いただいている方々と共に、

滋賀いのちの電話をしっかりと引き継がせていただきたいと思います。

滋賀いのちの電話は、多くの方々の熱い思いで2008年8月に開局いたしました。おかげをもちましてもうすぐ10年になります。現在9期生の養成講座を実施し、15名の方々が熱心に受講されております。年齢も20代から70代まで幅広く、グループワークでもそれぞれの持ち味を生かして積極的に参画されております。

2006年に自殺対策基本法が成立しまして、自殺予防は社会全体で取り組むべき課題であると宣言されました。昨年9月に青森で開催された第40回日本自殺予防シンポジウムに参加しましたとき、筑波大学の高橋祥友先生

は、「あなたは一人ではありません、というメッセージが大切です。そのメッセージで、病気や障害を抱えながらも、ありのままの自分で前を向いて生きることができる」と話されました。

まさしく、いのちの電話は、その方に寄り添い、あなたは一人ではない、傍にいます、ということが基本ではないかと思えます。「いのちとの出会い～私たちにできること～」というシンポジウムでは、シンポジストのおひとりが、「悩んでいる人と同じ目線で、心と目と耳で受け止めてほしい。かけがえのないひとりの人間を大切に、寄り添って、ただ話を聞いてもらうだけ、批判せず、オーム返しをしていただけると、受け入れられたと思う」と、その心情を語られました。

ボランティア活動はおみこし方式が大事だと言われます。1トンもするようなおみこしでも多くの人々が入れ替わりながら担ぐことで目的地まで動かすことができます。一人でも多くの方々のご賛同をお待ちしております。

今後とも何卒皆様のご協力・ご支援をよろしくお願い申し上げます。

電話相談員募集（2016年度）

電話相談員が心の痛みや悩みを訴えられる方に向き合い、良き相談相手となって活動しています。また、研修などを通して相談員同士の交流もあり、人との出会いやふれあいを通して人生の意義や生き甲斐にも出会えます。

相談員になっていただくための第10期養成講座の受講生を募集します。

詳しくは、事務局までお問い合わせください。

【電話・FAX：077-552-1281】



滋賀いのちの電話、これからもよろしく願いいたします。

滋賀県立精神保健福祉センター 辻本哲士

2017年の全国自殺者数は前年より1456人少ない23971人、6年連続で減少しました。滋賀も12人少ない276人でした。なぜ減少したのか、はっきりした要因はわかりません。自殺者の増減には経済状況が関係しますが、自殺者数が減少したここ数年でも、生活保護受給者数は217万人を超えて増加し、失業率も約3%で停滞しています。生活に困窮している人々はまだまだ多いのですが、自殺者数は減ってきたのです（消費税率5%から8%への引き上げ時でも）。国の自殺対策推進室は「かかりつけ医らによる、うつ病患者の早期発見と治療につなげる対策などが奏功したのではないかと分析していますが、私は多くの関係機関が頑張り、みんなで孤立を防ぐ取り組みをつき進めてきたことが大きいのではないかと考えています。「滋賀いのちの電話」をはじめ、たくさんの支援者が自殺を考える人に「いつもそばにいる」寄り添いメッセージを出し続けている成果だと思っています。

未成年や高齢の自殺者数は減っていません。日本の自殺率も諸外国と比べて高いのが現状です。自殺対策の最前線に位置する「滋賀いのちの電話」の皆様の、今後ますますの活躍が期待されます。

～昨年12月に“お礼の電話”を受けましたのでお知らせします～

『数年前に乳がんの手術、その後他のがんの手術を受けました。同じ頃精神的な障害と診断され生きる希望を失いかけていました。しかし、その頃から何度も滋賀いのちの電話に相談して話を聴いていただいたことで生き延びて来られたと思っています。とくに、お話の最後の“つらい時はいつでも電話してくださいね”の言葉にいつも救われていました。この度、私の状態の原因がわかり、治療、回復に希望が持てるようになりました。この機会に改めてお礼申し上げ、些少ですが寄付をさせていただきます。本当にありがとうございました。』

◇ 事務局日誌 （開催及び出席した主な行事を掲載）

2015年	4月11日	7期生 認定式開催
	6月21日	理事会、総会開催
	7月5日-7日	連盟・事務局長会議出席 於：東京ガーデンパレス
	9月13日	第40回日本自殺予防シンポジウム出席 於：青森県立保健大学 講堂
	9月20日	公開講演会開催 演者：英月氏 於：ピアザ淡海 大会議室
	10月16-18日	連盟・第33回いのちの電話相談員全国研修会出席 於：鹿児島県民交流センター
	10月4日	臨時 理事会開催 10周年記念行事について 於：草津市民交流プラザ
	10月4日	9期生電話相談員養成講座 開講 於：草津市民交流プラザ
	11月7日	連盟・全国研修担当者セミナー出席 於：川崎市総合自治会館
	11月17日	滋賀県犯罪被害者等支援連絡協議会研修会出席 於：滋賀県警察本部
	11月20日	自殺対策官民連携協働ブロック会議大阪会場出席 於：新大阪ブリックビル
2016年	1月25日	連盟・近畿・東海ブロック会議出席 於：KKRホテル名古屋
	2月8日	滋賀県自殺対策連絡協議会出席 於：教育会館
	2月21日	フリーダイヤル研修開催 講師：國分振先生（仙台いのちの電話・研修委員長） テーマ：生きる意味 於：草津市民交流プラザ小会議室
	2月25日	大津市自殺対策連絡協議会出席 於：ふれあいプラザ大会議室（明日都浜大津）
その他： 運営委員会開催（毎月）、ニュースレター発行（隔月）、継続研修開催（毎月）、養成講座（2回/月）		

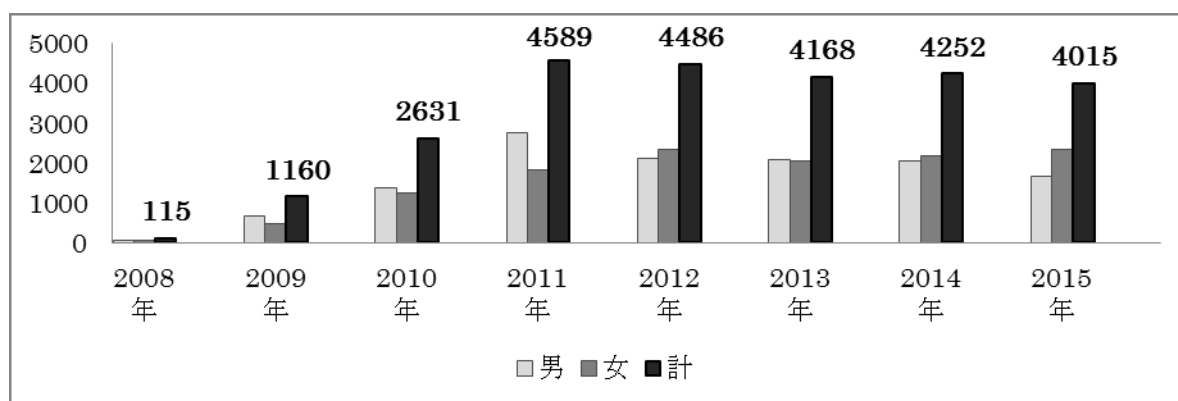
～電話相談受信報告～ 期間：2015年1月から12月

(件数)	通常	FD	通常+FD
男	1531	134	1665
女	2230	120	2350
計	3761	254	4015



毎週金曜日から日曜日の3日間、各10時から22時の12時間受信した相談電話(通常)は、3761件であった。また、毎月10日の自殺予防いのちの電話(フリーダイヤル; FD)では254件の相談電話があった。男女別の受信(通常)では、約60%が女性からであった。

【2008年から2015年までの各年の総受信件数】



受信曜日・時間の経緯

- ☆ 2008年8月～2009年8月；毎日曜日、12時から20時までの8時間
- ☆ 2009年9月～2010年8月；毎金曜日・土曜日18時から22時の各4時間、毎日曜日14時から22時の8時間
- ☆ 2010年9月～現在；毎金曜日・土曜日・日曜日、10時から22時の各12時間

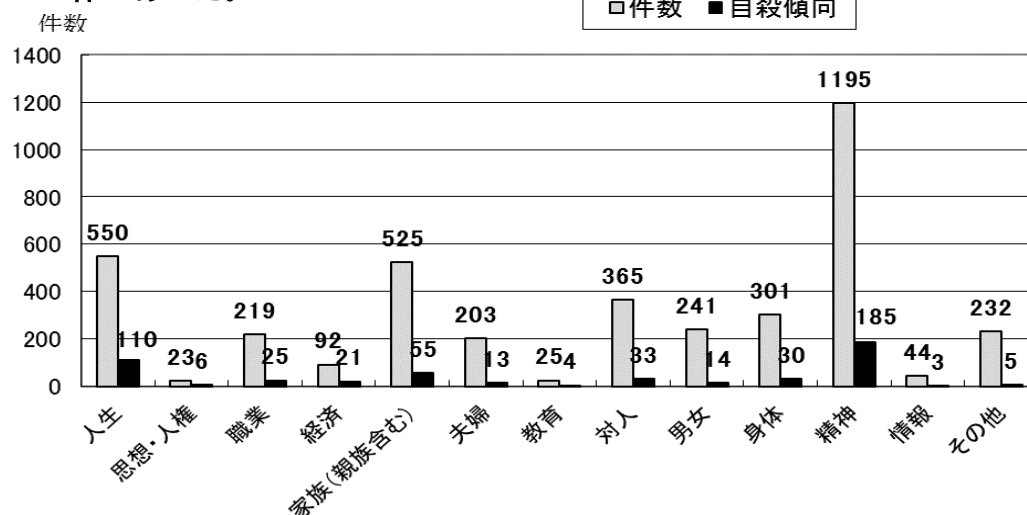
【受信内容について】

年代別で最も多かったのが30代で908件、次いで40代の893件であった。

相談内容で最も多かったのは「精神」(1195件)の相談であった。その537件が“うつ”で悩む相談で、男性(173件)より女性(364件)からの相談が多かった。また自殺傾向では185件あり、その内“うつ”で悩む方は106件(男性48件、女性58件)であった。

「人生」の相談は550件あり、その約80%が“孤独”(263件)と“生き方・生きがい”(176件)の相談であった。また“孤独”263件のうち46件に自殺傾向が認められた。

「家族(親族含む)」の相談は525件あり、そのうち女性からが349件であった。内容では“不満”が179件あり、その約80%が女性からであった。また179件の内自殺傾向の件数は26件であった。



感謝報告

2015年（1月から12月）にご理解とご支援を頂いた方々

皆様の深いご理解と暖かいご支援に支えられ、研修費、事務費などの運営資金として役立たせていただきました。心から感謝申し上げます。（敬称略、順不同）

正会員：千原美重子、三上房枝、奥村千寿子、新納京子、堀川哲夫、中井美幸、北島多美子、藤波 哲、酒井豊彦、中西なおみ、安原和重、松岡陽子、中山すみ子、塩田余侍美、熊越祐子、中村勝彦、笹川真知子

個人賛助会員：（個人として応援してくださっています。感謝です。）

原田小夜、高橋正龍、鳥飼静代、辻本哲士、谷川八重子、近藤真知子、藤田加代子、小橋寿子、羽野正清、今堀初美、中井肇二、中沢啓子、田中遊心、田島一成、藤居敏、鳥居静夫、中井美容、角田航也、三矢早美、平木久代、衣川美佐子、石堂美恵子、伊藤吉哉、藤田治彦、福本喜美、本田 実、笹山和江、阿部盛雄、大橋通伸、山田容、草野由紀子、奥村芳正、中島康雄、田中待子、清水鉄次、須戸由廣、鎌本龍二郎、辻 貴子、多胡豊章、奥村益良、梶本まどか、新納絵里子、新納麻衣子、井上美智子、京常子、笹川康広、菅原節子、川越清司、清水徹男、松井成美、安原昌和、天野芳子、辻善信、大熊新一、小山一子、赤佐重子、砂田晃一、太田廣史、田中清行、細井俊司、前田優子、鹿田芳子、杉本孝三、廣瀬童心、駒井千代、武田雅子、成田政隆、福井直秀

団体賛助会員：（法人として応援してくださっています。感謝です。）

山本企画、フクチ薬局、滋賀県薬剤師会、(有)ケーアンドケー 小林秀行、株式会社 ヤマジ、井上自動車 井上宗和

寄付：（ご厚意に本当に感謝いたします。）

三上房枝、オオトモチヒロ、HY、天野芳子、殿村敦典、山本敏雄、小西理、高橋正龍、鳥居静夫、奥村千寿子、山田容、藤波 哲、中山すみ子、ヤマサキマサコ、堀川哲夫、奈倉道隆、酒井豊彦

今後とも変わらぬご理解、ご支援をお願い申し上げます。なお、記載漏れ、誤字などがございました場合、お手数ですが、事務局までご一報くだされば幸いに存じます。

資金ボランティア大募集

電話相談活動を資金面から支えて頂くボランティアです。「いのちの電話」を継続して運営していくためには、相談員のための研修、広報や事務費などに多くの資金が必要です。今、資金が足りません。一人でも多くの方のご理解、ご支援をお願いします。

- 個人賛助会員：資金面から支えてくださる個人； 1口 3千円（口数は自由、年間）
- 団体賛助会員：資金面から支えてくださる法人； 1口 3千円（口数は自由、年間）
- 寄付：匿名希望などで資金を提供してくださる個人または法人。
金額を問いません。

◎振込先 特定非営利活動法人 滋賀いのちの電話

☆滋賀銀行 瀬田駅前支店 普通預金 番号：251748

☆郵便振替 00940-8-300160

振込用紙のご請求などのお問い合わせは、事務局までお願いします。



<編集後記>

相談受信数が年々減少している。
養成講座、現在10名を超える受講生が受講中、来年の認定を待ち望む。今年度10期生の受講生を募集、多くの受講生を期待！（堀川記）

発行 特定非営利活動法人

滋賀いのちの電話 事務局

〒525-8799

草津郵便局私書箱第10号

電話・FAX 077-552-1281

<http://www.shiga-inotino-denwa.org/>