

長崎いのちの電話だより



44号

2014(平成26)年

12月1日

社会福祉法人 長崎いのちの電話

〈相談電話〉 **095-842-4343** 年中無休
 (第1・第3土曜日は9:00～翌9:00) 9:00～22:00
 全国一斉フリーダイヤル(毎月10日 8時～翌8時) 自殺予防 いのちの電話
0120-738-556

(発行人)中根 允文 (編集)広報委員会
 〒852-8799 日本郵便長崎北支店 私書箱45号
 (事務局)電話 095-843-4410
 FAX 095-844-3600
 ホームページ
<http://www2.ocn.ne.jp/~ngsk4343>

長崎いのちの電話開局 20 周年を迎えて

社会福祉法人「長崎いのちの電話」は、開局 20 周年を迎え、
 さる 11 月 8 日(土)にサンプリエールにて、記念公開講演会と
 記念式典および感謝の集いを行いました。

社会福祉法人 長崎いのちの電話 理事長 中根 允文



長崎いのちの電話は開局20周年を迎えました。この社会福祉法人「長崎いのちの電話」は、1992年6月に設立準備会が発足して、約1年半後の1993年11月6日に発起人総会(245名)を長崎自治会館で開催して、会則を承認し役員を選出、事業計画や予算を決定して、正式に発足いたしました。

1953年に英国ロンドンの教会の牧師チャド・バラード氏が、自分の教会の少女の自殺をきっかけに、サマリタンズの呼称のもとに組織的な電話相談をスタートさせたことに始まるとされます。ヨーロッパでだけに止まらず、オーストラリアや米国など世界各国に広がり始め、日本国内にあっても1971年に東京、1973年に関西いのちの電話(大阪市)、1976年に沖縄、そして1977年には北九州など各地に設立され、長崎センターは全国40番目であります。

設立当時の役員は、会長が川崎ナヲミ(以下、敬称略)、副会長に中村正・倉橋康夫、他の役員:熱田一信・小原玲子・金子真介・長尾博・P.ペレッティ・松本汎人・山本主税、監事が柴田國義・三原茂、顧問に川野正七・中根允文、事務局長として松本重寿が担当になりました。直ちに相談ボランティアの養成が始まり、認定を受けた相談員の誕生を待って、1994年11月5日に正式に開局しました。

その後、長崎法人会・長崎電建工業・長崎商工会議所女性会など数多くの各種団体、更には多額の寄付をいただいた個人からのご支援のもと、「日本いのちの電話連盟(Federation of Inochi No Denwa, FIND)」への加入を認められ、その基本理念である「24時間体

制で昼夜を問わず相談を受けること」を目標に活動の展開を試みてきました。残念ながら、未だ年中無休で24時間体制には至っていないものの、2007年以降は年間15,000件以上の相談件数を受けるまでになりました。

ただ、開局以来献身的な寄与を果たされた川崎会長が2000年5月に享年73歳で急逝され、その後直ぐに開かれた定期会員総会にて新しい役員選出があり元長崎県副知事の柴田芳男氏が会長に就任されました。創立9周年に当たる2002年11月6日付けで「社会福祉法人 長崎いのちの電話」が認可され、新しい法人組織としてスタートを切りました。これに伴い、同年11月からは法人としての理事会・評議員会が立ち上げられました。

以来、この十数年に亘って、関心を持っていただく諸氏の更なるご支援のもと、今回、長崎いのちの電話開局20周年感謝の集いを持つに至りました。これもひとえに、皆様のご支援のおかげであり、この20周年記念を契機に「一日24時間相談体制の確立」に向けて踏み出していきたいと考えています。

今後とも、更なる応援を宜しくお願い致します。



祝 辞

長崎県知事 中村 法道

本日は、このように多くのご来賓並びに関係皆様方のご臨席のもと、長崎いのちの電話開局20周年記念式典が盛大に開催されますことを、心からお慶び申し上げます。

社会福祉法人「長崎いのちの電話」におかれましては、365日、誰もがいつでも相談できる窓口として、電話に寄せられる様々な悩み、不安、つらさに寄り添い、相談者の良き話し相手として活動され、自殺予防に多大なるご貢献をいただいております。中根允文理事長をはじめ歴代の理事長の皆様やボランティアで対応されている相談員の皆様、そして、多くの関係皆様方に深く敬意を表し、心から感謝を申し上げます。

さて、本県における自殺者は、皆様方の継続的なご努力等もあり、平成15年の482人をピークに、減少傾向にあります。

自殺は、個人的な問題としてのみ捉えるべきものではなく、その背景に病気の悩み等の健康問題、失業や多重債務等の経済生活問題、介護・看病疲れ等の家庭問題など様々な社会的要因があると言われております。そのため、自殺を防いでいくためには、社会全体で多面的な取り組みを行う総合的な対策を確立していく必要があると考えております。

現在、県におきましては、様々な分野の機関や団体の連携強化や広報活動に力を入れるとともに、皆様方「長崎いのちの電話」に対する支援など、相談体制の強化などに力を注いでいるところでございます。

こうした中で、「追い込まれた末の死」をなくすためには、現場の第一線で、年間約2万件を超す相談に、相談者と同じ目線で対応されている「長崎いのちの電話」の役割がますます重要であり、県といたしましても、大きな期待を寄せているところでございます。

今後とも、多くの経験と知識を生かした活動を展開されますとともに、効果的な対策をご提案いただくなど、引き続き、ご支援、ご協力を賜りますようお願い申し上げます。

結びに、社会福祉法人「長崎いのちの電話」の限りないご発展と、関係皆様方の今後ますますのご健勝とご活躍を祈念いたしまして、お祝いのご挨拶とさせていただきます。



「長崎いのちの電話」 開局20周年を迎えて 長崎市長 田上 富久

長崎いのちの電話開局20周年、おめでとうございます。心より喜び申し上げます。

長崎いのちの電話は、中根理事長様をはじめボランティア相談員の皆さまによって開局以来1日も欠けることなく20年間継続され、近年増加している「うつ病」や社会経済問題などにより、孤独の中で精神的に苦しみ、追い詰められ自殺を考えているかたなど、1人1人のかけがえのない「いのち」に対して支援を続けておられることに対しまして、敬意を表するとともに、長崎市民を代表しまして深く感謝申し上げます。

ご存知のとおり全国の上自殺者は近年3万人を超えていましたが、平成24年に15年ぶりに3万人を切りました。また長崎市も同様、平成22年までは年間100人を超える自殺者がおりましたが、平成23年以降は100人を切る状況となっております。しかしながら深刻な状況は変わっておらず、その対策については社会全体で取り組むことが、強く求められています。

長崎市としましても、自殺対策につきましては、市民の皆さまへの普及啓発のほか、民生委員や理美容組合などの関係機関の皆さまのご協力をいただきながら、ゲートキーパーの養成に取り組んでいるところです。また今年度からは、スマホで簡単にストレスチェックができるホームページを開発いたしました。今後も「自殺」という最悪の状況を1つでも無くすため、関係機関との連携を取りながら、さらなる対策の充実強化を図ってまいります。そのためには、長崎いのちの電話のご協力が必要不可欠と考えておりますので、今後ともご尽力賜りますよう、よろしくお願い申し上げます。

最後となりましたが、「長崎いのちの電話」の益々のご発展と会員の皆さまのご健勝を祈念いたしまして、ご挨拶といたします。

次の方々に「感謝の集い」において 感謝状を贈呈させていただきました

(多額寄付者)

公益社団法人 長崎法人会 様
長崎電建工業株式会社 様
長崎商工会議所女性会 様
社会福祉法人 長崎県共同募金会 様
厚生会 道ノ尾病院理事長 松本純隆 様
川崎眞理 様 故・平坂晃子 様

(永年協力者)

藤本小枝子 様 山田和子様

長崎いのちの電話 開局 20 周年記念公開講演会



「寄り添うということ」

「ペコロスの母に会いに行く」著者 岡野雄一氏

講演会には316名もの方が集まり、関心の高さが伺われました。長崎市出身の『ペコロス』こと岡野雄一氏は母・みつえさんと過ごした日々を笑いと涙で語り、会場を温かい雰囲気包みました。以下、講演の抄録です。

「ペコロス」の誕生

64歳になりますけど、頭こんな感じになってしまいました。60歳過ぎて、こういう拡がりがあるとは夢にも思わず過ごしていました。いまだにちょっと驚きの連続なんですけど、こういう風に皆さまの前に立って、喋ることがあるなんて、1～2年前までは思いもしませんでした。時々いろんな所に呼んで頂いて、禿げた息子が、車椅子の母に会いに行ってるだけの話をずっとしております。

その母が八月の末、91歳で亡くなったので、その後、ずっと、秋冬というふうに淋しい季節になっていくというのは、実感として今頃湧いてきております。

父が亡くなって、母と一緒に暮らしていたんですけど、ご近所の方から、「火事が一番怖かとさね。」と言われたり、帰って来た時にガス警報器が鳴っていたことも2、3回あったし、いろいろありました。どんどんどんどん母から台所仕事を取り上げていったということを切なく覚えております。

長崎で編集の仕事はないと思ってたんですけど、夜の長崎の店を紹介する本を出してみないかということで、その本を何人かでやるようになりました。その本の中に、途中から八コマ漫画を描かせてもらうようになり、その素材は、その月その月にあったいろんな出来事、自分が遭遇した出来事を、面白おかしく描いてたんですけど、だんだん母のエピソードが出てきたんです。

そのエピソードの漫画を見たサラリーマンの方が、「うちが全くこんげん感じなんですよ」って、しみじみおっしゃいました。やっぱり反応のあるエピソードをどんどん描くようになるので、母の失敗を、今か今かと待ちながら、何かしでかしたら、「ネタ貰った！」みたいな感じで、漫画を描いてたのを覚えております。あとでいろんな人に「そういう状況がすごく良かった。ネタ待ちで母

が失敗するのを待っていると、気持ちが落ち込まない、鬱にならない、一番良い対応の仕方なんです。」と言われました。

母は9年間グループホームでお世話になりました。こうやって頭ベシベシ叩いたりするような事がありましたけど（動画）、あれは何で叩いてたかと言うと、風船と間違えてたらしいんですね。皆さん車座になって風船をこうやって、「イチ、ニ、サン…」と、「100まで続けましょうねえ」みたいな感じでやってるんですけど、“そう言えば母ちゃん、俺の頭を叩きながら数を数えたりするなあ”と思って、“そうかあ、風船と間違えてるのかあ”みたいな感じで納得した。手を上げるというのは絶対にリハビリになるから、一生懸命叩かせてたんです。

父との和解

1年半前に母が胃瘻(ろう)をしたのですが、悩みに悩んだ末、一日でも長く生きて欲しいということで胃瘻を選択したんです。

だんだん動かなくなって、息だけしているという母を、僕は小一時間その横で座ってじっと見てるだけだったんです。何かすごく豊かな時間を過ごしている感じがあって、“何てこう、母ちゃんから貰うものが多いんだろう”と思いながら座っていた時期が、後半ずっと続きました。その感じる気配を漫画に書いていましたから、確かに、感じるもの全部が“飯の種”だと思いながら過ごしていました。

取材を受けることで知ることも結構ありまして、一昨日、「お母さんは死ぬ間際、胃瘻(ろう)をした後、岡野さんにお父さんと息子さんの和解をさせてくれたんじゃないですか」という共同通信の記者さんから言われたことは、目から鱗でした。

胃瘻(ろう)をした母を看にきてる1年半くらいの間に、父ちゃんのことを良く考えられるように確かになって、母ちゃんの所に父ちゃんが訪れるという風に思ってたですね。気配を感じるようになって、それがやっぱり母が感じてるであろう父ちゃんと同じ、いや、母の前に現れるであろう父ちゃんと同じ、笠智衆みたいになった、酒

も止めた後の、いい感じのおじちゃんというのが気配として感じたんですけれど。ということ思い出して、「あ、そうか、母ちゃんがもし居なかったら、こういう風にいい感じの父ちゃんと対面する（気配を感じるだけなんですけど）、ということにはなかったんだと思えば、本当に母が最後の最後に僕と弟とを、父と和解をさせてくれたというのは素晴らしいことだなあ」と思ったのを覚えております。

プチ親不孝

親御さんが認知症になると真面目なお子さんは、一緒に看んといかん、一緒に自分がおらんといかんということで、共倒れするパターンを何人か周りで見してきましたが、ちょっと距離をおくというのが一番大事だと思います。「認知症」「介護」というキーワードで僕の本は広がっているんだと思いますが、僕は施設に預けることを“なんて手抜きなんだろう”と、入れると決めた時にやはり後ろめたく思えたのを思い出します。でも後でいろんな人から、それは大事なことだというようなことも言われました。在宅で一緒に見て、何もかもやろうとして共倒れするというパターンはやっぱり良くない。見るほうが倒れるというのは元も子もないので、僕はプチ親不孝というのが一番かなと思います。言い換えたら適度な距離だと思います。

そして、母が自分の一番いい時代をばらばらなまま思い出すという事がよくありまして、時間列はぐちゃぐちゃなんですけど、一番苦勞した時期はもう出てこない。父から包丁で追われたという時代、そういうエピソードは母の中から消えているんですね。

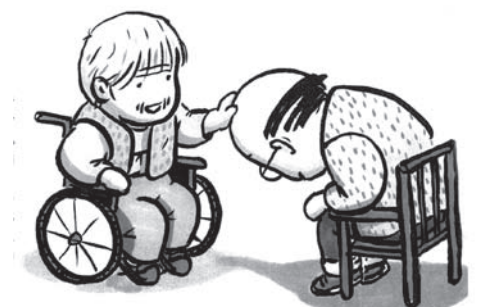
多幸症という言葉がありますけれど、認知症になって、悪い事ばかりでない。要するに人生の一番最後に、いい時代に戻って行くというのも、なかなかいいんじゃないかと思えます。母もそういう表情を見せることがよくありました。しっかりしているときは「母ちゃん、なんでこんなしっかりし過ぎるんだろう」と子ども心に思うくらいにしっかり者だったんですけれど、認知症になってから初めて見る母の笑顔というのがありまして、僕が会社に行こうとしていると、「ゆういちー」と呼ぶから振り向くと、窓から童女というか子どもに戻った顔でくしゃくしゃと笑いながら嬉しそうに僕に手を振っているんです。見たこともない表情だったので、携帯で写真に撮って弟に送ったら、弟も「涙出たよ。」とメールを戻してくれたんです。そういう面もあるんで、“認知症”即“不幸”だけではないんじゃないかと思っております。僕の適度な距離感というのが、たぶん共感を得たりもしている。

自費出版で本を出したときに一冊目は全然売れずに、2冊目を出した時に、幸い僕の目の前で買ってくれたおじちゃんがいたので、お茶に誘って小一時間、いろいろ

喋りました。そのおじさんは郊外の大きな施設の施設長さんだったんですが、「今からどんどんこの時代は認知症という介護の時代は続いていくので、若い人もこの仕事で入ってくる。その子達にいろんなノウハウは教えることはできるけど、想いを馳せるということはなかなか教えづらいですよ。目の前にいるおじいちゃんおばあちゃんが、今までどういう人生を経てここにいるのかということに想いを馳せてくれるのがこの本なんです。」とおっしゃいました。僕は目から鱗というか、なるほど、そういうことなんだと思ったのを覚えております。だから今、時代と遭遇しているというのが実感です。

当分こういう時代が続くでしょうけれど、この認知症介護のキーワードの中に、結局、母が亡くなったことには、死を見つめることなんだなということを実感として思っています。どういう風にきちっと着地するかというのが大切なことなんだなと思います。それも本人にはできないので、どうやってきれいに着地させてあげるかということも含めて、百人いれば百通りなんですけど、認知症は多幸症の面もある、だから悪いことばかりじゃないという感じで暮らして頂ければと思います。介護している人、今は、「ケアする人のケア」という言葉もあるように、見る人が鬱になっていく時代なんで、プチ親不孝で適度な距離というのを心掛けて、お父さんお母さんに長くいい時間を過ごさせてあげてください。

亡くなる前に家族会があって、死ぬ1日前の母に会って、携帯で写真に撮って「母ちゃん、こんげん元気か顔しとる」と弟に送ったら、弟から「これはまだまだやね。」と笑いながら、メールが戻って来たんです。その次の日に、いきなりホームから電話があって、「お母様がなくなりました」と伝えられました。1日前に行っていてよかったなと今でも思い出します。母が亡くなってしばらくして、妻が僕に「どうしよう」と言うんです。「おかあさんのおらんごとなって漫画かけんとじゃなか？」そう心配してたんですけれど、僕は「認知症」「介護」というくくりでたぶん広がりを見せているのだと思います。そういう時代との遭遇で広がっていると思うんですけれど、僕が書いているのは、あくまでも自分の周囲何メートルかのところの出来ごとで、その中に母ちゃんがぼつんといてという感じで描き続けてきていました。今でも、母がなくなった自分の事、あるいは空にいて見下ろしている母のこと、ちょっと時代を遡って昔の母のことをいろんなことをそのままのペースで書いていきたいと思っております。今後ともよろしくお願いします。



ご寄付・ご支援ありがとうございます

いのちの電話の運営は、皆様からの浄財によって賄われております。2014年度上半期(2014/4/1～9/30)に賛助

会費や寄付金等を頂戴した皆様のお名前(敬称略)を記し、感謝の意を表します。又、お名前は省略しますがハガキ・切手・茶葉等の物品寄付もございました。ありがとうございました。今後ともどうぞ宜しくお願いいたします。

賛助会員【個人】

青山 周広	穂山 富太郎	東 直美	新井 弘子	荒川 明継	泉 博正
井石 哲哉	井手 保則	猪股 健治	今村 由紀夫	植元 ユキ子	小原 玲子
尾上 重道	片岡 寿美子	片山 仁志	川口 幸義	木下 洋子	草野 ミヅエ
古賀 葉子	鹿谷 隆朗	柴田 芳男	鈴木 キヨミ	千住 博	隆杉 正和
竹本 泰一郎	田澤 和明	中島 一成	中島 玲子	中富 昌夫	中村 逸雄
鳴海 幸代	二宮 誠	野口 純江	橋場 邦武	藤野 了	藤本 小枝子
本田 隆一	蒔田 豊	町田 トシエ	松永 俊次	松元 定次	三原 茂
三山 文子	村田 多恵子	本川 正和	森 光徳	森 茂子	森 良昭
山田 和子	山本 妙子	吉田 早苗	吉田 晴久	渡辺 明美	匿名 1名

【法人・団体】

アイティーアイ株式会社	延 命 寺	学校法人 活水学院
常在寺	瑞光寺	有限会社 正文社印刷所
大光寺	株式会社 チョープロ	長崎 純心 大学
波多野アンドパートナーズ会計事務所	医療法人 増田 整形外科	医療法人 稲仁会 三原台病院
明練寺		(合計 508,000円)

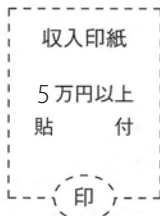
寄付者

【個人】

荒木 迪子	板倉 ひとみ	入山 和明	浦川 一孝	江崎 廣文	大石 政江
大坪 義昌	大脇 京子	奥村 典男	押渕 礼子	梶村 龍太	片山 達樹
川越 孝洋	川崎 澄雄	川崎 義昭	神田 祐子	木村 幹史	清原 龍夫
河野 峰子	古賀 久伸	古賀 幹章	佐藤 研二	下山 高生	下山 時生
白壁 勝哉	曾場 尾雅宏	平 稔	瀧 紀雄	田中 司	田中 直孝

(ご注意)

- ・この用紙は、機械で処理しますので、口座記号番号及び金額を記入する際は、枠内にはっきりと記入ください。また、本票を汚したり、折り曲げたりしないでください。
- ・この用紙は、ゆうちょ銀行または郵便局の払込機能付ATMでもご利用いただけます。
- ・この払込書をゆうちょ銀行または郵便局の渉外員にお預けになるときは、引換えに預り証等を必ずお受け取りください。
- ・この用紙による払込料金は、ご依頼様が負担することとなります。
- ・ご依頼様からご提出いただきました払込書に記載されたおとろ、おなまえ等は、加入者様に通知されます。
- ・この受領証は、払込みの証拠となるものですから大切に保管してください。



※ シン目で切り取ってご利用ください。
※ 申し訳ありませんが、払込手数料はご負担ください。

この場所には、何も記載しないでください。

谷口 勝	塚崎 稔	辻 繁和	遠山 杏子	鳥巢 維文	中田 慶子
中根 允文	中村 尚志	迫 龍二	橋口富貴子	馬場 昭代	林 克敏
平川 厚子	廣中 郁朗	古川サキ子	益田 耕作	宮田 雄吾	山越 治子
山田 美保	山野邊滋晴	山本 幸子	横瀬 昭幸	匿名 2名	

【団 体】

アイティーアイ株式会社	株式会社 大通エージェンシー	有限会社 オーケー薬局
崎永海運株式会社	佐世保東ロータリークラブ	昭 徳 寺
医療法人 星和会クリニック	長崎北ロータリークラブ	長崎キリスト教協議会
長崎電建工業株式会社	株式会社 中島工業	有限会社 ハーモニー
医療法人社団 山田内科	株式会社 吉本ハイテック	(合計 951,490円)

資金援助ボランティアとして活動を支えて下さい

「長崎いのちの電話」は、相談員をはじめ全てボランティアで運営されており、その活動は寄付金・賛助会費・助成金で賄われています。あなたも“資金援助ボランティア”として「長崎いのちの電話」を支えてくださいませんか。ご協力をよろしく願います。

税制上の優遇措置があります

個人の場合：所得控除・個人県民税控除が受けられます。

法人・団体の場合：損金算入が受けられます。

毎年一定の資金援助して下さる方は、賛助会員となります。

★賛助会費

個人会費：1万円・5千円・2千円

法人会費：5万円・3万円・2万円・1万円

★寄付金 金額は随意です。随時お受けいたします。

ご送金先 郵便振替 01870-3-40716

加入者名「社会福祉法人 長崎いのちの電話」

※下部の払込取扱票を切り取ってご利用いただくと便利です。

※申し訳ありませんが、払込手数料はご負担ください。

※払込手数料は、郵便局窓口：130円 ATM：80円です。

5万円以上は、各々340円、290円となります。

●「銀行振込み」をご希望の方は、事務局までご連絡ください。
事務局 TEL 095-843-4410

払込取扱票

口座記号・番号はお間違えのないよう記入してください。

00	口座記号												口座番号(右詰で記入)												金額	千	百	十	万	千	百	十	円
	0	1	8	7	0	3	4	0	7	1	6																						
加入者名	(社福) 長崎いのちの電話																				料金		備考										
通信欄	<input type="checkbox"/> にレを入れ、賛助会費または寄付、金額をご指定ください。 <input type="checkbox"/> 賛助会費 個人会費 <input type="checkbox"/> 10,000円 <input type="checkbox"/> 5,000円 <input type="checkbox"/> 2,000円 法人・団体会費 <input type="checkbox"/> 50,000円 <input type="checkbox"/> 30,000円 <input type="checkbox"/> 20,000円 <input type="checkbox"/> 10,000円 <input type="checkbox"/> 寄付 (金額は随意です。)																				日												
依頼人	(ご連絡先電話番号 - -) 様																				附												
																					印												

振替払込請求書兼受領証

口座記号番号	0	1	8	7	0	3	4	0	7	1	6
加入者名	(社福) 長崎いのちの電話										
金額											
ご依頼人	おなまえ										
料金	(消費税込み) 日 附 印										
備考	円										

※シン目で切り取ってご利用ください。
※申し訳ありませんが、払込手数料はご負担ください。

記載事項を訂正した場合は、その箇所に訂正印を押してください。
切り取らないでお出ください。

この受領証は、大切に保管してください。

裏面の注意事項をお読みください。(ゆうちょ銀行)
これより下部には何も記入しないでください。