

# 茨城いのちの電話

つくば  
029-855-1000  
相談電話



水戸  
029-350-1000  
相談電話

第85号 2014年 4月



つくばの桜は、都心より一週遅れで満開になります

撮影：小林春樹

## 忘兩

兩忘（りょうぼう）

好きだ、嫌いだ  
善い、悪い  
内だ、外だ  
富だ、貧だ  
私達は、物、者、事を評価し、判断し  
いつも二者択一だ。  
さて、評価を止め、判断せず、  
二者択一を捨てたらば、  
何が残るのだろうか？  
見る方向が違えば、見える景色も変わる  
見える景色が違えば、  
気持ちも変わるのだろうか

〔禅語〕が現代に生きる私達に伝えて  
くれる意味を考えてみました。

巻頭言：これからの30年を考える …… 2～3  
これからの30年についてさまざまな方々から  
ご意見を頂き、議論を深めたいと思います。  
公開講座／認定式 …… 4

平成25年 受信・相談状況 …… 5  
ご支援ありがとうございます …… 6～7  
コラム …… 8

「これからの30年を考える」

## 将来もまちがいなく求められること

眞壁 伍郎 (新潟いのちの電話元理事長)



『にほんご』(福音館刊)という本があります。人間にとって言葉がどんな意味と働きをもっているかを、子どもたちにもわかるように語ってくれている名著です。そこにこんな一節があります。

「ひとは ことばを つかって、じぶんの きもちを ほかの ひとに つたえる。ひとは ことばの おかげで、ほかの ひとのきもちを じぶんの きもちのように かんじる。ことばには いつも きもちが かくれている。けれど きもちが あんまり はげしくなると ひとは それを ことばに できなくなることもある。わらったり ないたり、ひとりぼっちで だまりこんだり、ぼうりよくを ふるったり…そんなとき、ことばは こころのおくふかく かくれている。」

受話器を取ったときに、ただすすり泣く声だけが聞こえてくることがあります。かと思うと、電話に出たとたんに、怒鳴りっぱなしというひともいます。みな、相談員が自分を試されるときです。

なにが問題なのか。どんな解決がいま求められているのか。おそらくそのような問題解決型の思考をしているひとには、泣いたりわめいたりの声は、できるだけ早く取り払われるべき霧のようなものかも知れません。しかし、いのちの電話では、人の気持ちを自分の気持ちのように感じ、それをしっかりと受けとめることが求められ、これをとても大切な使命としてきました。メールやチャットでは到底できないことを、目ざしてきたのです。それが対話による電話相談ということでした。

いまから20年前の1994年に制定された国際いのちの電話連盟(イフォテース)の倫理憲章の前文には、それがこう書かれています。

「コミュニケーション技術は絶え間なく進んでいるとはいっても、人間関係は決してよくなっていない。むしろそれは、表面的で、不十分なものであるため、人は心から自分の思いを語る

ことができるような対話者をほとんど見いだすことができない。ほんとうに語るためには、親身になって聴いてくれる聴き手をわたしたちは必要とする。そして、そのような聴き手を見いだすことは、けっして容易ではない。」

いまはおしゃべりの時代になりました。携帯を片手に歩きながら話しているひとはどこにでも見られますし、メールや携帯で、つねに誰かとつながっていないと落ちつかないという、依存症と思われるひとも多くなりました。子どもたちまでもがその傾向にあります。40年前に動物行動学者のローレンツが『文明化した人間の八つの大罪』で指摘した、言語の貧困化と、論理的に自分を表現する能力の低下は、だれが見ても明らかです。

では、わたしたちのいのちの電話には、なにが求められるのか。それは一にも二にも真の意味での対話を成り立たせることです。言葉をもつことによって、人間は他の動物たちとはちがう存在になりました。わたしたちが言葉を交わし、理解しあうことに努めなければ、ひととしての連帯も愛も育ち得ないのです。

ハリール・ジブラーンというレバノンの詩人が、おもしろいことをいっています。『預言者』という本のなかの「しゃべることについて」です。なお、ここで〈彼〉とは、予言者のことです。

「しゃべることについてお話を、とある学者が言った。／彼は答えて言った。／心が平和でなくなったとき／あなたがたはしゃべる。／心の孤独に耐えられなくなったとき／あなたがたは唇に生き／音は気散じと慰みになる。…ひとりで居るのを恐れて／話好きの人を探し求める者がある。／ひとりで黙っていると、裸の自己が見えるから／それを逃げたいと思うのだ。…」

幸い、いのちの電話には、単におしゃべりをしたいだけのひとはあまり電話をしません。裸の自分が見え、途方に暮れているひとが圧倒的に

多いのです。泣いて泣いて、声を詰まらせながら語っていたひとが、20分、30分の電話のあとに「お話しできてよかったです」と、電話を終えられるのを経験している相談員の方は多いだろうと思います。

いのちの電話にかかわるのは、素人の相談員です。カウンセリングの名手のような訳にはいきません。あたり前です。でも、日々の夫婦、親子、また友人たちとの間でかわされる言葉には、その折々の気持ちや思いがこめられていることに、

いくらか注意深くなるよう、わたしたちは訓練されてきています。相談員をやめても、これは大きな宝となってくれるにちがいありません。そして、あの倫理憲章がいうように、「親身になって聴いてくれる聴き手」を、わたしたち自身もいつかきつと、老いや病や、その他諸々の状況のなかで必要とするときがあるのです。「みんなで生きるために」助けあおうという、市民運動としてのいのちの電話は、これからもけっしてその存在意義を失うことはないだろうと思います。

## これからの30年を考える

社会福祉法人 茨城いのちの電話  
理事長 幡谷浩史

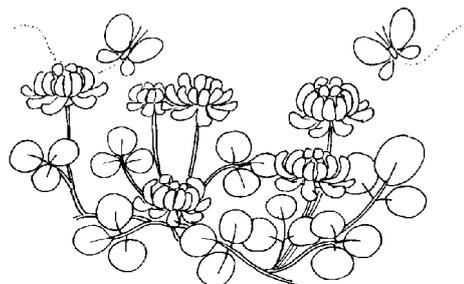
茨城いのちの電話は、来年で開局30周年を迎えます。私達を取り巻く社会環境の変化は、30年前には想像できなかったものでしたし、その変化の中で、自殺者は減らずむしろ大きな社会問題の一つになっています。

「いのちの電話」は自殺予防をめざしてきましたし、これからも変わることはありません。「いのちの電話」の名前はその活動手段に由来しますが、今日のコミュニケーション手段は数えきれないほど多岐にわたり、インターネット（eメール）相談にに応じているセンターもあります。また将来、私達が想像しえないようなコミュニケーションの方法が生まれるかもしれません。それでも「いのちの電話」は“自殺予防”の一点でつながり続けられると考えています。

「他者に善を行うものは、微に入り、細にわたって行わなければならない」とはウィリアム・ブレイクの言葉です。ボランティアを行う者が、「とにかく“善意”でやっているのだから」と自身の都合だけで行くとすれば、受ける側にとってはなほだ迷惑なことになります。善意か、仕事か、と出発点・動機が異なっても、行う行為が同じであれば、同じように全力でかつ細心に行わなければならないと思っています。

このような中で、これからの将来を考え、議論することは、とても重要で、意義あることと考えます。満30年を前に、「これからの30年」と題して、本機関紙で皆様のご意見をいただき議論を深めていきたいと思っております。

その第1回目として、新潟いのちの電話元理事長 眞壁伍郎氏よりご寄稿いただきました。



## 公開講座「幸福に驚く力」を ～省エネに走る私たち～

講師 清水 眞砂子 氏（児童文学者、翻訳家、エッセイスト）



初めに清水先生から、表題について「幸福に驚く力」に「を」を足して「幸福に驚く力を」にしたいとのご希望があった。たしかに「を」が入ったほうが、それぞれの心の中に「幸福に驚く力」が湧いて来てほしいとの願いが込められているような気がする。「を」という助詞が入ると入らないでは言葉に微妙な違いを感じる。日本語ってとっても繊細。

さて本題に入ろう、現代に生きる私たちは行動・思考、今日を生きることまで、省エネに走っているのではないかと考えさせられる問題提起である。

たとえば、子育てをするとき、我が子だけは躓かないように傷つかないように、親は子供の障害物を先にと取り払おうとする。清水先生は「R・サトクリフ著」の思い出の青い丘で、傷つくことも権利だと主人公が考えていたことを紹介された。

教育現場では、一人である子供を孤立させないように、先生方は声かけをするらしい。でも、子供の中には一人であるとき、自分の世界を見つけ出し、虫と遊んだり自然を感じたり、創造を膨らませていることだってあるはずなのに、なぜ一人にさせてはいけないのか、それぞれが好き勝手にされては誰かが困ると言うことなのか？

見て見ぬふりをすることも省エネなら、我慢をすることも省エネ、結果小さな日常の幸せを感じる感性が失われつつある。たとえ、消費社会が一人一人の命の重さを軽くしているとしても、だからこそ、日常の中に幸せを発見出来る人間でありたい。

手軽に簡単にという考えは私たちの生活の隅々にまで浸透しているが、人間の思考や行動までも侵されつつあるのだろうか。

思わぬ落とし穴を見つけてしまったような講演であった。(N.S)

### 第28期生認定式

3月29日(土)第28期生の認定交付式が行われ、新しく17名の方が仲間になりました。理事長から一人一人に認定書が手渡され「これから長く続けて頑張ってください」と言葉をいただきました。

記念講演では、理事である川田敏子先生が「いのちつながる」という演題で、茨城にいのちの電話が設立された経緯、組織として続けて今日に至っていること、また「今日はいやだなと思って電話を受けていませんか」気持ちを切り替えて、体調を整え健康に留意して下さい、とやさしくお話し下さいました。同席した私も、相談員として、これからも続けていこうと気持ちをあらたにしました。

祝賀会では、先輩(今回は17・18・19期生)による手作りの会が準備され、来賓の皆様も交えて、和やかな雰囲気の中で、楽しい時間を過ごしました。新しく認定された皆さんからは、研修中は仲間



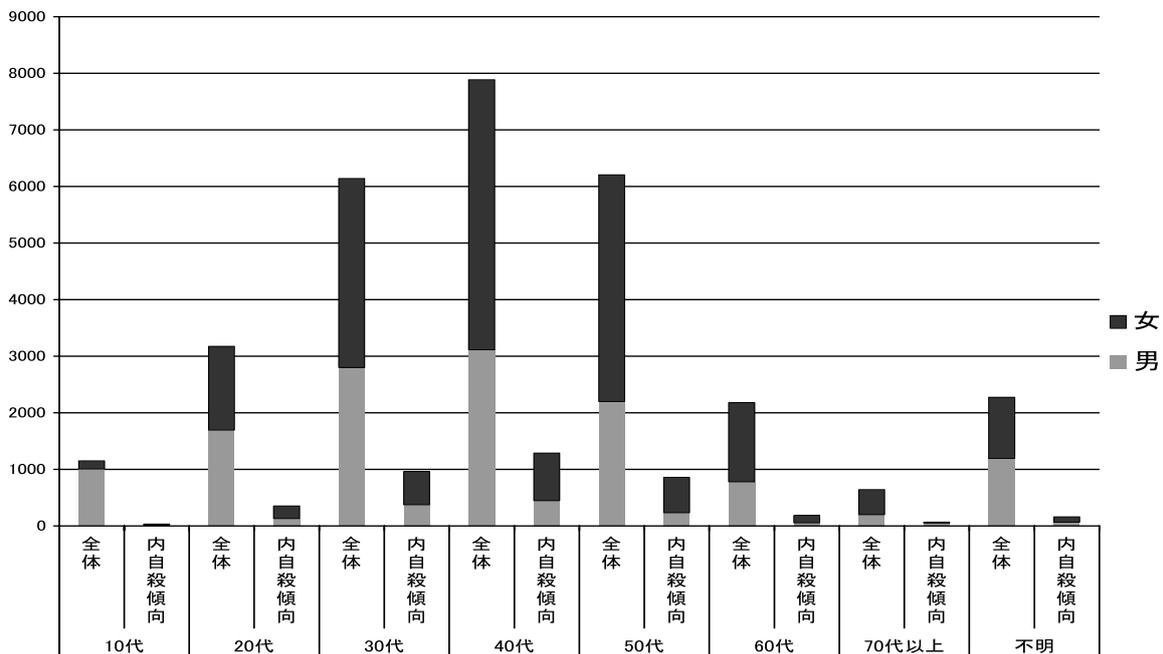
支え合い、励まし合って一緒に成長し、今日の日を迎えられたと話していました。仲間の団結力を感じました。

認定式に参加されている先輩の方の中には、「初心の気持ちをいつまでも大切にしたい」と毎年この席に座って、新しい仲間を歓迎していると話されていました。(M.E)

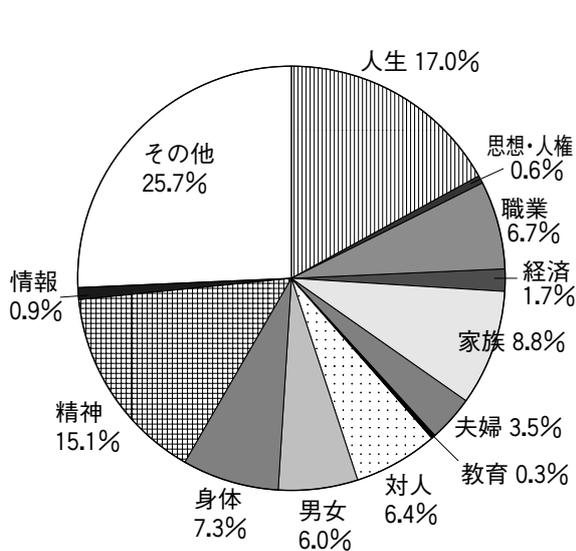


# 平成25年 茨城いのちの電話 受信・相談状況

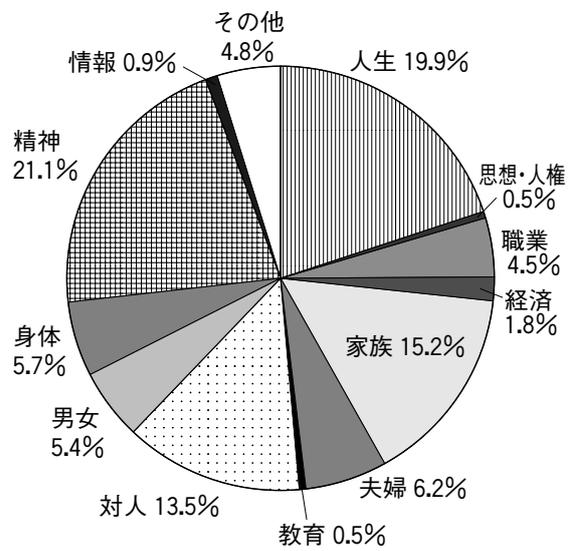
(2013年1月1日～2013年12月31日)



[年代別・男女別受信件数]



[内容別相談件数 (男性)]



[内容別相談件数 (女性)]

## 「人は一人ではない」



23年間のプロ野球生活は喜怒哀楽の連続で、人生とは大きな海を漂うようなものと言われた先人の言葉が胸に刺さります。やはり人生の先輩は私などより多くのことを経験され、乗り切ってこられたことを思い知らされます。

多くのファンに囲まれての選手生活は気の抜けない日々であり、特に応援してくれる多くの子供達には彼らの夢を裏切ってはいけない。笑顔を届けられる選手にならなければいけない。18歳でプロ野球選手になった時に心に決めたことでした。それが出来たか？出来なかったか？未だに分かりませんが、時々、今は大人になっている当時の子供だったファンの人が声をかけてくれます。そんな時にがんばって良かったと思えるのです。

入団して3年間の迷いに迷った時間、終わってみると決して無駄な時間ではなく、多くの経験をした時期と思える時間でした。そして不調に見舞われた昭和48年、苦しみもがき何とか前に行こうとした経験は私に大きな頑張る勇気を与えてくれた。自分は何をしたいのか？どんな事が出来るのか？日々考える時間は私を鍛えてくれひとまわり私を大きくしてくれたと思います。人間は生まれた時から全てのことを知っている人は誰もいません。多くのことを周りの人から教えてもらい、見せてもらい、そして少しずつ前に行けるのだと思います。

多くの指導者のみなさんにも恵まれたと思います。入団するきっかけを作ってくださった木庭スカウト、本当に何度も何度もご迷惑をおかけしました。その度に心から叱っていただき、励まして頂きました。その時は何度も何度も反発してご迷惑をおかけしました。3年目に出会いをいただきました根本監督、この方に会わなければプロ野球選手衣笠はあの様な素晴らしい選手生活を送ることは出来ませんでした。20才の生意気盛りの時期に本当に長い時間をかけて、人生を語ってくださいました。ご自分の人生経験を語り、素晴らしいプロ野球選手の経験を語り、その時その時、的確な話題を持ちながら一生懸命に話してくださる姿は今でも忘れることができません。監督になられてチャンスをごいただきました、厳しくご指導いただきました。全てが選手衣笠の血となり、肉となりました。本当に素晴らしい出会いに感謝しかありません。

衣笠 祥雄

### 〈編集後記〉

28期生の認定式に臨席し決意に満ちた表情を拝見して、清々しさを覚えると同時に、自分が初めて研修を開始した時のことを思い返していました。今は大切な仲間となった同期生は、殆どがカウンセリングや相談業務の経験のない普通のおじさん、おばさんでした。経験はなくても相談を必要としている人の傍らにいたいという真剣な想いに触れ、胸が熱くなって、目頭がウルウルしてきたことを覚えています。

もうすぐ私たちの茨城いのちの電話は30周年を迎えます。諸先輩の熱い想いが周囲を動かし、その想いが形になって私たちは今、受話器の前にいます。30周年を前に、私たちが新しい道を自らの手で作り出すためにも、私たちがどこを目指しているのかを再確認したいと考え、今回は新潟いのちの電話元理事長 眞壁伍郎先生に巻頭言をお願いしました。様々な課題を抱えている茨城いのちの電話ですが、私たちに与えられた知恵と力を総動員して、それらを解決し、次の世代にトーチを渡していきたいと願っています。(K.M)

社会福祉法人

**茨城いのちの電話**

発行人 幡谷 浩史

事務局 〒305-8691 茨城県筑波学園郵便局私書箱60号

ホームページ <http://www.iid.or.jp>

編集 茨城いのちの電話広報委員会

TEL **029-852-8505**

FAX **029-852-8355**

