



「新年を迎えて」

福岡いのちの電話 後援会会長

酒見 俊夫

(西部ガス株式会社 代表取締役会長)



皆さま、新年あけましておめでとうございます。昨年11月より「福岡いのちの電話」後援会長をしております酒見でございます。

まずもって、いのちの電話で1日24時間 1年365日、休むことなく無償で対応しておられるボランティア相談員の皆さまのご努力に心から敬意を表します。加えて、昨年は新型コロナウイルスの感染拡大により、社会環境が大きく変わり、皆さまの生活様式や行動も大きな影響を受けられたことと思います。「ステイホーム」や「コロナうつ」という言葉も生まれたように、外出もままならず、今まで以上に人との接触がなくなり、孤独感等から悩んでおられる方々からの電話相談も増えたとお聞きしております。

日本の自殺者数は2003年の34,427人をピークに年々減少し2019年には20,169人となっております。しかし、若者の自殺者が増加傾向にあるなど心配な兆候もあり、何より減ってきたとはいえ、毎年2万人を超える方々が自ら命を絶つという現実には心が痛みます。自殺の原因の主なもの、うつや統合失調症などの健康問題、失業などの経済問題と言われております。まさに新型コロナウイルスは、健康や経済を直撃する感染症であり、2020年7月以降は自殺者数が対前年同月比でプラスという状況にあり、年々減少してきた年間の

自殺者数が増加に転じる可能性もあります。

新型コロナウイルス感染拡大は、いまだ終息の兆しは見え、しばらくは今のよう状況が続くと思われまます。私ども後援会会員企業にとりましても、新型コロナウイルス感染拡大の影響は大きく、収支の悪化はもとより、営業の在り方や働き方、事業の見直しまでも迫られる企業も少なくありません。このような状況下では、なかなか難しいと思われまますが、いろいろな機会を通じて、「いのちの電話」の存在やボランティア相談員の皆さまの献身的な活動を知っていただき、現状を維持したうえで、1社でも2社でも「福岡いのちの電話後援会」に加入いただけるよう努めてまいりたいと考えております。また、後援会ニュースレターを通じて、後援会加入企業の社員の皆さまへの個人会員への参加や、事業所への「福岡いのちの電話支援自販機」設置についても働きかけてまいります。

新型コロナウイルス感染拡大が続く中では、チャリティー事業等、後援活動の在り方についても再度検討していかなくてはなりません。今まで以上に「福岡いのちの電話」事務局との連携を密にして、後援会の目的であります「『福岡いのちの電話』への物心両面の援助」を果たしてまいりたいと考えておりますので、今後ともよろしく願いいたします。

第3回 全体研修

一致とロジャーズの面接

～「通話者との関係を生きる」ということ～

福岡大学准教授／月曜班SV 本山 智敬 氏

令和2年11月26日(木)午後6時30分からTKPガーデンシティ天神8階会議室で、第3回全体研修が、月曜班のスーパーバイザーをされている、本山智敬氏を講師に、標記のテーマで行われました。その概要をご紹介します。

シリーズの最後となる今回、「共感的理解」、「無条件の積極的関心」、「一致」という3条件の態度を通してロジャーズが実現したかったことを考えていきたいと思います。「関係を生きる」という言い方をロジャーズがよくするので、サブタイトルを“通話者との関係を生きる”としました。「一致」は「自己一致」とも言われ、3条件の態度の中で一番説明しにくいので、今回、ロジャーズが実際に面接をしている場面を見ていただこうと思います。

受容、共感というのは、聴き手が受容、共感することだけで成立するのではなく、受容、共感してもらったと話し手に思われて初めて成立します。そのためには、純粋性、透明性とも言われるこの「一致」の態度が大事だとロジャーズは言っています。

心を使って聴くということは、聴き手の心の中の白紙に、話し手の図形をただ描き取るだけじゃなくて、「今おっしゃった図形というのはこうでしょうか。合っていますか。」と言う形で質問・確認していくイメージで、この部分に「無条件の積極的関心」が関わって来ます。ロジャーズが「繰り返し」という応答の仕方をしているのは、そういう確認をしているということ、ただのオウム返しではないということです。

これからご覧いただくビデオで、皆さんに注目していただきたいポイントは、まず、ロジャーズのアドバイスをしない聴き方です。それから、繰り返しで、ク

ライアントの言葉を聴いて自分の中で感じたことから伝え返しています。それと、AかBかの問いについて、どう答えているか。また、クライアントの表情の変化、そして長い沈黙の意味などです。

【約15分間のロジャーズの面接場面を視聴】

面接場面のビデオを視聴した後、席の隣同士でそれぞれの感想を10分ほど意見交換する場が設けられました。その後、面接場面についての解説を丁寧にしていただきました。

振り返りをしたいと思います。クライアントの話を一貫した態度で聴いていったとき、どういったことが生まれて来るのかです。クライアントの心の中を描き取ろうとして感じたこと、それを通してロジャーズは伝え返していくので、面接のテンポはゆっくりです。ロジャーズが自分の心を通して話を聴いてくれているこ





とが伝わっていたと思える発言がクライアントからありましたね。その後、いわゆる「AかBか問題」が出てきました。それに対して、ロジャーズは「AかBか」には答えていません。自らの思いをクライアントが言葉にしたとき、AかBかの問いが出て来たのですが、ロジャーズはそれに捕らわれず、その奥にあるクライアントの孤独感に共感して答えています。そのことで、クライアント自身の中で動いている図形の方にクライアント自身も向かうことができ、再度AかBかを問い直すことなく対話が続き、ロジャーズがこの面接の最高潮だと言っている場面となります。長い沈黙の後、あ、自分はこういう図形を持っているなとクライアントが感じ、それを相手に共有してもらっていると感じたときに、この図形を、自分が生きていきやすいように修正していく動きがクライアントの中から生まれる、そういう場面だったと思うわけです。すごく悲観的に見ていた部分が、ちょっと視点が変わって、その後ちょっと笑いも出てきたりしている。それはロジャーズとの遣り取りの中で自分の図形を共有してもらったというこの体験があって、その後生まれてきていると思います。こうした遣り取りを、ロジャーズ自身がどのように振り返っているかを見たいと思います。

【ロジャーズが、先の面接についてコメントしている約5分の映像を視聴】

いかがだったでしょうか。ロジャーズは、クライアントがどんな体験をしているかを想像し、それと同時にそこで自分がどんな体験をしていたのかということ

も丁寧に振り返っていました。そのことがまさにクライアントの関係を生きているというふうに表示できるのではないかと思います。そしてロジャーズは、「セラピストが他の人に与える最大のものは、その人の感情に別の人間として、喜んで寄り添って歩くことだ」と言っています。

今日は、「通話者との関係を生きる」というサブテーマですが、相談員の皆さんは既に、電話相談によって自分の中で動く自らの図形に対し、無条件の積極的関心や共感的理解でアクセスしようとしておられます。それが恐らく伝わることで通話者は、自分の中でも動いている気持ちに少しずつアクセスしていこうとします。恐怖や大きな孤独感に自ら向き合えなかった先ほどのクライアントの例で言えば、心を使いながら聴くロジャーズを通すことで、少しずつゆっくり自分の中の気持ちにアクセスして、あの長い沈黙の後に、今までとは少し違う見方が生まれてきていました。これは到底1人ではできないことだと思います。皆さんの電話相談の中でも、やろうとしていることは同じじゃないかと思っています。そのような、お互いの気持ちを大事にしていく中で生まれてくる、ロジャーズが言う所有欲のない愛のような体験で、通話者が元気づけられたり、前向きな気持ちになったり、自分のいろいろな気持ちに向き合うことができたりするようになると思います。

この後、30分ほど時間をかけて、会場内からの質問に丁寧に答えていただき、全体研修は終了しました。

第3回 全体研修参加者の感想

43期 Y.T. 

11月26日の全体研修では、カウンセラーの本質的態度としての中核3条件のうち、既に学んだ「無条件の積極的関心(受容)」や「共感的理解」を振り返りつつ、これら2つの大前提となる「一致(自己一致)」について学んだ。

話し手が“受容してもらった”と実感するためには、聴き手側の「一致」、すなわち「言葉と気持ちが整合している状態」が重要だと、まずは頭で理解できた。

C.ロジャーズの面接動画を視聴して、声の落ち着きや話すスピード、体勢、沈黙時の仕草やメモを取らない事などを観察できて、大変勉強になった。

面談後のロジャーズ自身の感想にある「深く没頭、情動的に深く関わる、温かい感情が伝わる、喜んで寄り添って歩く」状態は、「一致」の極みと解釈した。

たとえ聴き手冥利に尽きる感動的な場面でも、“今・ここ・話し手”に焦点をあて続けるプロ根性を拝見し、感嘆と反省と言いつつが交互に押し寄せた。

実践の手がかりとなる下記のキーワードはあくまで「一致」の表層であり、深層で()のような心配りを重ねた先に、「一致」が結実するような気がしている。

1. ゆっくり話す

(じっくりと相手の話を咀嚼・反芻・逡巡・確認しながら聴く際に、自ずと生じる“ゆっくり”であって、場面ごとの緩急も必要だろう)

2. “心を通して”聴いている事が伝わるような、沈黙・相づち・伝え返し

(話し手が沈鬱・不安で辛い雰囲気ならば「背中をさすような穏やかさ」、怒りや興奮で混乱気味ならば「冷静沈着な穏やかさ」と言ったあたり様で)

3. “純粹に”聴いている感じが伝わる聴き方

(話し手の半歩後ろを保ちながら傾聴・伴走し、相手が欲する方向・距離感・頃合いに沿って、全方位的な光と温かさで包み続けるような聴き方)

～ * ～ *

一致とロジャーズの面接

—「通話者との関係を生きる」ということ—

土曜日 42期 T.E. 

今回の研修では、自分自身の相談に臨む「姿勢」について深く学ぶことができました。通話者の話を、謙虚に素直に我慢強く聴く態度がとても大切だということです。ロジャーズの実際の面談映像は、通話者の発する言葉を、主訴を変えずに巧みな表現に置き換えて通話者に伝えていく、そしてそのことよって、通話者自らが深層心理に気づいて変化していく姿に、目指すべき理想の姿(通話者と相談員との関係)だと感じました。

普段の電話当番でこのような理想の形で終わることは稀です。無言電話や、一方的な主張ばかりの冷やかしの電話で終わることもあります。しかし、「やっとながった...」と安堵され、勇気を振り絞って話し始める通話者からの電話を受けたときは、緊張感とともに使命感を感じます。「あなたに話してよかった」と思われるよう、研修の学びを活かして相談スキルの向上に努めていきます。



オリジナル「支援自販機」設置をお願いします



JR篠栗線「城戸南蔵院前」駅入口の自販機

設置されたコカ・コーラ自動販売機

企業、団体から、販売収益の全額または一部をご寄附いただく「自販機支援募金」として自販機設置のご協力をいただいています。ご利用いただく皆様からも、間接的に福岡いのちの電話を支援していただくこととなります。おかげさまで多くの支援募金をいただいております。ありがとうございます。



リレー 随 想

第22回

福岡いのちの電話スーパーバイザー

才藤 千津子
(西南学院大学神学部教授)



「新型コロナウイルス感染拡大の中で～大学の現場から」

去年は、新型コロナウイルス感染拡大の中、いのちの電話にとっても大変な一年でした。FINDに関わっておられる皆さまお一人おひとりに、さまざまな苦勞があったことと思います。

私が勤務している大学も例外ではありませんでした。4月早々から教員と学生の大学への入構が原則禁止となり、授業もオンライン授業に切り替わりました。入学式すら行われなという非常事態の中で、大学の寮も閉鎖になりました。私も4月の最初の授業から、急遽授業をオンライン授業に切り替えました。ビデオ会議サービスを用いて自宅から授業をオンラインで配信すると、少人数クラスならば全員がビデオ会議に参加することができて、大変便利です。しかし、私はそれまでその機能を一度も使ったことがなく、最初は無我夢中でした。

その当時、私は一日中自室のコンピューターの前に座っていました。学生たちの多くもそうだったようです。オンラインで発信する私のメッセージが学生たちに届いているのか、学生たちはどういう毎日を送っているのか、不安でした。夢見た大学生活とは違ったという失望の中で不安を抱えている新入生と、例年とは違う就職活動の中で苦闘している4年生のために、オンラインで週1回の「しゃべり場」を始めたのもこの頃でした。

そのうちに、学生の中には携帯電話しか持たない人もあることがわかってきました。大学の授業を携帯電話で視聴してレポートを提出するのは、私にはほとんど不可能だと思いますが、一体どうやってい

るのでしょうか。また、アルバイトがなくなり、明日食べるものの心配さえている自宅外生や留学生がいることもわかり、大学は彼らに食料の支援を始めました。今後は、両親や自分の収入減によって退学を余儀なくされる学生が増えることが心配されています。

10月になって大学では、遅ればせながら「新入生歓迎行事」が行われました。舞台ではチアリーダー部の先輩学生たちが元気に踊って新入生を励まそうとしていましたが、当の1年生たちはそれと対照的に「どよ～ん」とした暗い雰囲気だったのが印象的でした。大学入学以来、半年以上、友人を作る機会もクラブ活動に参加する機会もなく、自宅で悶々とオンライン授業を受け続けてきた彼らのメンタルヘルスの状態が気になります。

昨年8月以降、全国で自殺者が急増していると報道されています。特に、若者や女性の自殺の急増ぶりが顕著だということです。また現在、冬の到来とともに、コロナ感染が再び急激に拡大しています。人々の間には、これから一体どうなってゆくのだろうという不安が広がっていますが、特に社会的に弱い立場に置かれた人々、例えば若者や女性たちにとって、現実はますますその厳しさを増しています。彼らの「不安」が「絶望」に変る前に、私たちに今できる、また今行わなければならない支援は何なのか、いのちの電話にできることは何なのか、緊急の課題を突きつけられている思いです。

ご援助ありがとうございます

寄附感謝報告 2020年9月1日～2020年11月30日（敬称略・順不同）

上記の期間に次の方々からご支援を賜りました。感謝をもってご報告させていただきます。

*このご寄附には所得税、県・市民税に関して寄附金控除が適用されます。
また、福岡市個人市民税の寄附税額控除が受けられます。



千人会					
西谷和武	10,000	成道寺(佐藤隆昭)	10,000	吉田黎子	10,000
岡田修一	10,000	的野恭一	10,000	上田章雄(上田整形外科医院)	10,000
和智凧子	10,000	清水 浩	10,000	大木 實(大木整形・リハビリ医院)	10,000
木上勝征	10,000	川原 健	10,000	北野亀三郎(北野クリニック)	10,000
太田輝幸	10,000	山田 眞(株大丸別荘)	20,000	田中克江	10,000
乙藤秀臣	10,000	國代寿美子	10,000	仲吉則雄(なかよし眼科クリニック)	10,000
匿名	10,000	聖峰会 マリン病院	10,000	八田喜弘((医)八田内科医院)	10,000
穂吉ひろみ	10,000	佐藤文彦	10,000	川野康之	10,000
長門博之	10,000	大島義太郎	10,000	金藤哲明(金藤歯科医院)	10,000
田中公也(空港前田中医院)	10,000	香椎診療所	10,000	得度山 切幡寺(藪 邦彦)	10,000
松原妙子(弁護士)	20,000	松本一郎((医)松本小児科医院)	10,000	宇都宮英人(宇都宮法律事務所)	10,000
住吉康平(住吉クリニック)	10,000	島松昌由(島松循環器内科クリニック)	10,000	稲村鈴代(稲村法律事務所)	10,000
井上仁人((医)井上内科医院)	10,000	株花のチモト	10,000	小林恒喜	10,000
佐藤英彦	10,000	栗林敏郎	10,000	井上悦子	10,000
花田公徳	10,000	山口雅弘(株山口商事)	10,000	匿名	10,000
承福寺	10,000	高宮義臣((医)高宮外科内科医院)	10,000	村上晃二(村上歯科医院)	10,000
吉野 正(弁護士)	10,000	穴井元昭	10,000	光澤智吉	10,000
久保千春	10,000	太田 良	10,000	神宮純江	10,000
高宮紘士	10,000	村岡重弘(むらおか歯科医院)	10,000	田中和子	10,000
大串秀明((医)大串クリニック)	10,000	原口 勝	10,000	エントリーサービスプロモーション(株)	10,000
		後藤 裕	10,000		

**賛助会**

江口祐子	10,000
原田元子	2,000
井上真知子	10,000
高原信一	5,000
西宗寺	5,000
山下那賀子	3,000

村山和典	10,000
若杉山文殊院 高瀬覚照	5,000
イザワ カズマサ	2,000
関根敏子	5,000
大橋廣子	5,000
濱生正直	20,000
小出代志子	2,000

匿名	10,000
金子英次	20,000
(一社)生命保険協会 福岡協会	50,000
長谷川 彰	17,958
松尾公孝	30,000
田中也子	10,000
匿名	1,000,000

法人会

(株)開聖リアルエステート	30,000
(株)CYS	60,000

東端 清	10,000
棚町美佐子	3,000
教法寺	3,000
佐藤洋子	10,000

コカ・コーラ支援自販機

(財)恵愛団(九州大学病院内)	93,343
西部ガス(株)(パピヨン24内)	7,383
(有)ダイキ通信工業(自社内)	21,237
南蔵院(JR城戸南蔵院駅)	39,131
(株)西日本新聞社(本社)	106,444
(株)西日本新聞社(製作センター)	60,853
(株)福岡住宅センター (鳥飼1丁目パーキング)	5,408
福岡県弁護士会(福岡県弁護士会館内)	6,289

一般寄附

旗島淑子	10,000
Smile Fitness Club	2,750
高橋哲郎	5,000
井上康市	10,000
福岡鶴城ライオンズクラブ	200,000
匿名	3,000

貴島菜々子	30,000
福岡県更生保護女性連盟	10,000
磯辺泰子	3,000
谷口佐智子	1,000
藤田宗春	10,000
石村重哉	10,000
林 恵理子	2,000

ご寄附は下記の振込先までお願いします

銀行口座：口座名義＝社会福祉法人 福岡いのちの電話
 福岡銀行赤坂門支店 (普) 1147617
 西日本シティ銀行天神支店 (普) 2131458
 郵便口座：福岡いのちの電話 01720-9-1037

千人会 1口1万円/年(何口でも)
 賛助会 1口2千円/年(〃)
 法人会 1口3万円/年(〃)

ご面倒をおかけいたしますが、よろしくお願い申し上げます。

税制の優遇措置があります

社会福祉法人の認可を受けておりますので、寄附をされた場合、法人の場合は損金扱いに、個人の場合は年間所得の25%まで寄附控除が受けられるといった、税制上の優遇措置の対象となります。また、福岡市個人市民税の寄附税額控除が受けられます。



INFORMATION

インフォメーション

日誌 2020.9.1~2020.11.30

9月

- 1 第44期生閉講式
- 8 事業ボランティア「手づくり会」
- 10 フリーダイヤル「自殺予防いのちの電話」
- 11 事務局会議
- 14 相談活動運営委員会
- 21~22 電話ボランティア養成サポーター継続研修
- 23 第6回教育委員会
- 24 第6回理事会
社会資源班会
- 29 事業ボランティア「手づくり会」
- 30 受信資料検討班会

10月

- 1 福岡鶴城ライオンズクラブ寄附金贈呈式
- 2 電話ボランティア養成サポーター会
- 5 相談活動運営委員会

- 7 第46期生養成講座開講式
- 10 フリーダイヤル「自殺予防いのちの電話」
- 13 事業ボランティア「手づくり会」
- 15 連盟インターネット相談運営委員会(リモート会議)
福岡城東ライオンズクラブ
チャリティゴルフ大会
- 17 研修運営班会
- 20 広報活動班会
- 21 受信資料検討班会
事務局会議
第46期養成講座
(講師：瀬里 徳子氏)
第7回教育委員会
- 26 第7回理事会

11月

- 4 第46期養成講座
(講師：山崎 一馬氏)
第8回教育委員会

第1回拡大教育委員会

- 9 相談活動運営委員会
- 10 フリーダイヤル「自殺予防いのちの電話」
事業ボランティア「手づくり会」
- 11 第45期生3ヶ月ミーティング
- 12 社会資源研究班会
- 16 インターネット相談活動班会
- 18 第46期生養成講座
(講師：長谷川 彰氏)
- 20~21 インターネット相談員養成研修(OJT)
- 24 事務局会議
事業ボランティア「手づくり会」
- 25 受信資料検討班会
- 26 第3回全体研修
(講師：本山 智敬氏)
- 28~29 第46期生養成講座：人間関係訓練Ⅰ
(講師：花田 利郎氏)
- 30 第8回理事会

【編集後記】

還暦を過ぎてさまざまに能力が衰え、行動範囲が狭くなってきたところに、コロナ禍でマスク着用でのバス通勤も辛くなりました。そこで10月、思い切って職場近くに転居しました。それまで住んでいた自宅マンションを処分して手頃な部屋を借りました。自家用車を手放し、自転車を購入しました。長年使っていなかった家財や不用品は片付けて、夫婦2人の身軽な生活になりました。

心身を整えるためにランニングを30年以上続けています。30代の頃は速く走るばかりを考えて体のあちこちを痛めながらの練習でしたが、最近は、木々や草花の香りを嗅ぎながら近くの山々をゆっくり駆けるようになりました。今は転居先の新鮮な環境を楽しんでいます。これまで車で通りすぎていた街を自分の足や自転車で走ると、色づいた草木や旧跡、公園、小さな間口の商店など魅力に満ちていることに気づきます。心のとらわれが減り、体や心が軽くなったような気分で過ごしています。

コロナに関係があるのか、7月以降自殺が増えているとの報道に胸が痛みます。「いのちの電話」への相談はさまざまで、通話者の話がわからないこと、共感できないこと、気づかないこと、思い込んでしまうこともあります。いつも心を柔らかくして、ひたすら通話者の声があるがままに聴き続けたいと思います。

(Y. T.)

電話受付件数

2020年9月~2020年11月

受付件数	3,042件
延べ相談員数	855人
延べ受信時間	99,372分

発行所

〒810-0073 福岡市中央区舞鶴2-7-7
社会福祉法人 福岡いのちの電話

TEL (092)713-4343・FAX (092)721-4343

ホームページアドレス

<http://www.f-inochi.org/>

発行人 林 幹男
編集人 古賀 俊次



この「会報」は共同募金の配分金で作成しています。