

金沢こころの電話



No.115

金沢こころの電話
ご相談は… 222-7556

シルバーこころの電話
260-7272

新年度を迎えて

公益社団法人金沢こころの電話

会長 村田 進



「共に生きる」ものとして…

45周年を迎えた後にも、相変わらず続く新型コロナ感染症の危機の時代を生きたために、私たち「金沢こころの電話」の会員にとって、何が大切かさやかな私観を述べさせてもらいたい。

人間有機体がつ最大の人間らしさは、ことばと道具をもつことであると言われていて。確かに、経験が始まると、それについてなんとなくの感じ(フェルトセンス)で捉えられることばに成る以前の内包的な意味は、やがて比喩や象徴なことばとなって紡がれて、その生の営みをストーリーや映像や最近ではいろいろなメディアを通して伝えられる。それだけでなく、様々な話法によって直接的に、間接的に、あるいはそれらをミックス

最近ではSNSによる個人情報報の伝達や世界に発信できるコミュニケーション・ツールが出来て、人と人を結びつける情報伝達の道具として使われている。この言葉の生成は人間のマイクロとマクロを結ぶ道具と化して、顕微鏡で見えるような微視化された世界と、望遠鏡で見えるような巨視化された世界が個人の「内」と「外」においてうまくかみ合い調節されにくくなっている気がする。そこで今こそ、「人間性」と「ホリスティック」が「交差」し、「いたみ」と「いたわり」が機能する「いやし」の世界が世の東西を越えて模索されるべき時代が来ていると思うのである。

しかしながら、目先のことにかまけていると、今や自動車の吐き出す二酸化炭素や家電製品

の発するフロンガスや原子力発電所から漏れる多量の放射能に汚れた汚染水など、環境汚染物質が象徴する温暖化や環境問題に発展し、それに加えてまさに今、新型コロナ感染症など医療や看護・福祉の現場でその収束の見通しのきかない「行き場のなさ」を露呈している現状がある。

そこで、何はともあれ原点に立ち返って、「心と命の絆」故星野命顧問)の回復を模索するのが

賢明であるというのがロジャーズの間人中心の心理学をよりどころとする「金沢こころの電話」の立ち位置であることを痛感させられる今日この頃である。その意味で電話相談を介して、聞き手たる私たちは、この危機にさらされた日常生活を「共に生きる」ものとして、「かけ手」たる相談者と心同じくして、新たな「相生」物語の一頁をつくる一助となるのが大切であるとつくづく思うのである。

2021(令和3)年度 定時総会報告

【日時】 令和3年4月25日(日) 14:00~15:30
【会場】 石川県社会福祉会館大ホール

去る4月25日、参加者115名(出席者23名、委任状出席者92名)のもと、公益社団法人金沢こころの電話 定時総会が開催された。まず、電話当番10年以上100回以上:1名、10年以上200回以上:2名への会長表彰があった。

会長挨拶では、「コロナ禍・第4波の脅威の中、相談活動は今こそ必要だ。コロナ対策と相談活動を昨年度同様継続していきたい」旨が述べられた。次に会長が議長に就き、令和2年度事業報告及び令和2年度収支決算報告並びに監査報告について執行理事による説明のあと質疑が持たれ、承認された。「金沢こころの電話倫理綱領改正について」も説明のあと承認された。最後に、事務局長より令和3年度事業計画案及び令和3年度収支予算案について報告があった。

今年度は特に、コロナ禍における自殺防止を主軸に、コロナ禍に対応した事業推進の趣旨が述べられた。(記:K・H)

県内の自殺防止の 取り組みと現状

◆日時 5月16日(土) 13時30分～15時30分
 ◆場所 石川県社会福祉会館
 ◆講師 角田 雅彦氏
 (石川県こころの健康センター所長)



「心のつながり」が大切 (角田講師)

コロナ禍における自殺防止

コロナ禍で、人々のつながりが寸断されている。心のケアで重要なことは「心のつながり」である。寛容さを持って、相手を思いやるという気遣いが、心を癒し、人は安らぎや幸せを見出す。

新型コロナウイルスは、生物学的感染症、感染を恐れる不安や憂鬱といった心理的感染症



感染の恐怖が生み出す差別、偏見、誹謗中傷という社会的感染症をもたらした。この社会的感染症により、うつ病などの心の病気になる人が増えた。感染当事者や医療従事者とその家族に対する偏見、差別、誹謗中傷によるストレスは、阪神淡路大震災や東日本大震災などの大型災害のストレスよりも大きい可能性がある。彼らは自分に対する誹謗中傷も辛い、家族への誹謗中傷の方もつと辛いと訴える。今こそ、私たちは他者への寛容さや思いやりを持ち、心のつながりを大切にする必要がある。新型コロナウイルス感染症に関する正しい情報は、適切な量で取り入れ、正しく恐れることが重要で、正しい知識や情報は心の安定につながる。

日本における自殺者数は昨年から増加に転じている。うつ病は特別な病気ではないが、死にたくなる病気であり、自殺の直前はうつ状態になっていることが多い。うつ状態では援助希望性が低下し、心理的視野狭窄になっっているため、本人は死ぬしかないと思っっている。金沢こころの電話の相談員の皆さんは、「ゲートキーパー」になって、自殺の危機を示すサインに気づき、寄り添って話を聴くなど、適切な対応をとってほしい。自殺をほのめかされたら、あなたに聴いてもらいたいのであることをまず理解して、徹底的に傾聴し、言葉に出して相手のことを心配していると伝え、自殺しないことを約束してもらおうようにする。一人でも多くのかけがえのない命を守ってください。

様々な事例を拝聴し、改めてコロナ禍がもたらした人の気持ちの変化を考えた。自分自身のことだけに目が向きがちではあるが、人とのつながりを大切にしたいと感じた。(記 S・M)

しれないが理解できる感受性ある自分でありたい。自分の生を懸命に生きていく人に歩み寄りたいたいと思う。

●新型コロナウイルス感染症対策に対し、養成部や世話人の方々に度重なるプログラム変更の対応をして頂き、電話実習では温かいご指導や助言を頂きながら無事に認定式を迎えることができ感謝しております。

傾聴という言葉は知ってはいましたが、ホンモノの傾聴を実際肌で感じることができ、難しくもありながら関わることで癒されている自分がありました。

今日から電話をかけてくれるあなたと私との会話からこころの絆へと結んでいくとともに、1年間共に過ごしてきた45期生との仲間、そして金沢こころの電話に関わっているすべての方々と一緒に一歩ずつ成長していきたいと思っっています。

●金沢こころの電話の歩みと意義を知ることから始まる充実したカリキュラムを通して、貴重な学びを丁寧に与えて下さり、心より感謝しています。学ぶ中で改めて自分を知ることができました。今後も学び続けながら、自身の器を広げていきたいと思っっています。

迎えた本日の認定式。途中、自分の至らなさに心が折れそうに、くじけそうになることも多々ありましたが、断念することなく、また、欠席や遅刻もせず、出席で終えられたことは、とても感慨深いものがあります。これもひとえに、関わって下さった方々、第45期生の皆さんのお陰と、心より感謝申し上げます。

「認定式は、ゴールではなく、相談員としてのスタートラインです。」という言葉を頂きました。これから先、更なる色々なことが待ち受けていることと思っっています。

今日の感動を忘れず、相談員の一人として力になれますよう、人間性を高めるべく、日々、研鑽に努めていきます。今後も厳しくも温かいご指導をよろしく願います。

●金沢こころの電話相談員と認定していただき、この日を迎えられ、本当に感謝の気持ちでいっぱいです。

受話器の向こうにいる人を大切に思う気持ちや、寄り添う気持ちをいつまでも忘れず、先輩方や同期の皆さんと一緒に、少しでも誰かの役にたてるよう、細くとも長く活動していきたいと思っっています。

●研修を継続できるか不安もあつた中、皆様のおかげで受講できましたことに安堵しました。ようやくスタートラインに立ったばかりだということを感じ、皆様とともに誠実に歩んでいきたいと思っっています。



2020年度 賛助会費・寄附金 感謝報告

(2020年4月1日～2021年3月31日)

金沢こころの電話の運営のために温かい資金援助をいただきました。心から感謝しご報告いたします。
これからもご協力下さいますようお願い申し上げます。(敬称は略させていただきます)

【賛助会費】

○個人

池野裕子 石川誠子 泉 信次 伊藤美津子 今井宏和 上瀧 大 上田佳壽子 植松 茂 浦田早知・肇
岩崎 綾 遠藤陽子 大浜美映子 小川有見子 奥田栄美子 小野ツルコ 柿崎亜紗奈 柿崎謙一 角谷澄栄
加田玲子 金江正衣 加藤佐敏 川坂君枝 河合隆平 川浦幸光 木越トヨ子 北村絢子 北島法子 熊野ユリコ
糀谷倫子 越島正喜・伸子 小林 匡 小山内悦子 紺谷 博子 財前貴代美 斎藤千代 坂本恭子 櫻井直子
佐宗 功 佐藤順子 真田京子 柴野南津 下田葉子 助佐直子 鈴木奈美恵 高木要子 高倉万美 高澤タマエ
高地松美 高山静子 橋 昌憲 田中千鶴 土家佳奈子 釣見民子 出口房子 寺井亮三 問谷元子 徳沢愛子
得永嘉昭 富田 寛 虎谷順子 直江茂行 中島章雄 中野喜代子 永原伸一郎 中村 哲 西 直子 長田幸子
新田由美子 能登準一 狭間千代子 浜田典子 針田典泰 平野晴美 広瀬照代 福岡晴美 福島 純 福島由貴
藤谷明子 松見博史 松本れい子 水田美代子 宮川昌江 宮崎洋子 宮前美智子 宮村 泉 宮本敬子
宮本道子 宮本奈津子 宮森恵子 村本高志 室山昭子 元田保栄 八木雅夫 山口正雄 山野俊一 山村英子
山本達彦 湯浅佳子 吉川玲子 米田千映子

○法人・団体

(医)荒木耳鼻咽喉科クリニック 石川県織物構造改善工業組合 石川県織物工業協同組合 (公社)石川県看護協会
(一社)石川県経営者協会 石川県商工会連合会 (一社)石川県鉄工機電協会 金沢商工会議所
金沢原糸織物商業協同組合 加賀建設(株) (医)浅ノ川桜ヶ丘病院 (医)仁智会 (医)和幸会
(医)長久会 加賀こころの病院 (医)松原愛育会 (医)和田歯科医院 (株)久世ペローズ工業所 願念寺
(株)シーピーユー (株)大日製作所 (株)東山商会 (株)小林太一印刷所 紺谷内科婦人科クリニック
笹井鉄工(株) (有)桜谷設備企管 J A石川県連 (学法)白銀幼稚園 第一電機工業(株)
(財)日本電信電話ユーザー協会石川支部 梅光保育園 (株)橋本清文堂 馬場幼稚園 双葉ステンレス工業(株)
ホクショー(株) 北陸学院中学校高等学校宗教部 妙応寺 司法書士 山本勝 (有)由水十久工房 力丸医院
わせだクリニック

【寄付金】 今村洋子 木越明子 紺谷昭哉 土田陽子 得永嘉昭 長尾紀久子 安本真由美
山内ミハル 福岡恒忠 田中紹夫 匿名の方々

※賛助会費の振込は下記口座へお願い致します。

▶郵便振替口座 00710-4-13987 「金沢こころの電話」



賛助会費・ご寄附等 合計 2,210,388円

発行 公益社団法人
金沢こころの電話
事務局 〒920-0964
金沢市本多町3-1-10
電話 (076)222-7531
FAX (076)222-5352
http://kkd-ishikawa.jp/soudan
e-mail kkd@beach.ocn.ne.jp
編集 広報部会
印刷 (株)橋本清文堂



(記 K・H)
そして、こんな風な見えない
こころの働きをまた電話に注ぎ
たいと思う日常
である。

定時総会も終わったある雨上
がりの日、ペダルも軽く自転車
で事務局に向かっていた。
道路一面の広告・雑紙類が、折
からの突風で散乱。拾い始め
ると、ヤングママと中年男性も拾
い始めた。黙々と。別の日には
車体のプラとガラスの破片。散
歩していたおじいちゃんと黙々
と拾い集めた。

編集後記