

きりばたけ

通信

72号

令和6年3月号(年4回)
札幌司法書士会 会長 後藤力哉
編集担当責任者 番井菊世
<https://sapporo-shiho.or.jp/>
〒060-0042
札幌市中央区大通西13丁目4番地
電話 011-281-3505
FAX 011-261-0115



いのちの電話取材しました!

「いのちの電話」は、生きていくのが辛くなったときに、誰もが利用できる話をきいてくれる電話です。英国の活動に端を発し、日本では1971年に活動を開始し、1979年には「北海道いのちの電話」が開設されました。現在、日本全国50センターが事業を行っています。「いのちの電話」では、ボランティア相談員さんが、24時間365日電話をうけています。日本は内向的な国民性からか、自殺者数が外国に比して多く、いのちの電話が果たしてきた役割は大きいのではないのでしょうか。今回は、社会福祉法人北海道いのちの電話 事務局長 杉本明さんにお話しをお聞きしました。



司法書士 安東

電話を受ける相談員さんにはどのようなしてなるのですか。

20才以上であればどなたでも応募可能です。受講生として選ばれた後、電話をうけるための研修を行います。



どのような研修なのでしょう。

深刻な悩みをかかえる人がお話しすることを、否定せず受け止めてきくことを学びます。何があったのか、だけではなく、それによってその人がどう感じているのかをお伺いします。



つい、アドバイスをしてしまったり、事実や原因をさぐったりしてしまいそうです。

専門家の場合はそういう面もあると思います。いのちの電話では「きいて受け止める」が基本です。



しんどい方にとってはそれが大事なのですね。

様々な状況の方がいますが、電話をかけてくださった方が安心して話ができること、ひとりではないと感じられることが大切だと思っています。



電話は匿名でよいのですか。

完全に匿名です。我々には守秘義務があり話の内容が外部に漏れることはありません。



身近な人に話すと叱られたりしそうなことでも相談できそうです。



ひとりで悩まずに、いつでも相談
24時間、365日!

<https://www.inochi-tel.com/>
「北海道いのちの電話」で検索



事務局長 杉本明さん

誰にも言えない悩みがあるときに、誰かに受け止めてもらえる場所があることを知っておいていただきたいです。



そうした周知活動もしているのですか。



学校などに出かけて講話と音楽ライブを行う「こころのライブ授業」という活動をしています。年間20校前後に行き、いのちの電話のことを知ってもらい、自分や周りの誰かがつらい状況になったときに思い出してもらえればと思っています。



児童生徒の自殺者数が増えていると聞きますし、大事な取り組みですね。



「こころのライブ授業」は YOUTUBE でも配信しています。



いのちの電話をあまり知らない人に、何を伝えたいですか。



人には温かさ、いきる力があるということでしょうか。



そんな思いで活動している「いのちの電話」。自分だけではなく、周りの人が生きるのが辛くなったときに知っていて欲しいです。杉本さん、ありがとうございます！



いのちの電話の相談員さんは大変そうだね。研修を受けているとはいえ、相談員さんのメンタルも心配だ。



そこもやはり相談員さん同士で「きいて受け止める」ことでサポートし合うらしいよ。



そうなんだ！きくって大事！



相談員さんは完全ボランティアだし、「こころのライブ授業」も自費で行っているようだよ。運営は民間組織で、寄付でなりたっている。



そうなんだね。活動されている方たちは、思い詰めた人たちが少しでも楽になって温かさを感じてもらえたらという思いでやっているんだろうね。



今回のインタビューでは、「きく」ことの力を学んだよ。いのちの電話は、相談電話が多くてつながりにくいかもしれない。今、まさにしんどい人は身近に話ができる人が見つかると思うし、周りの人はきいてあげてほしい。しんどい人のことも、いのちの電話の活動も応援したいと思ったよ。

