



# 社会福祉法人 京都いのちの電話 ニュースレター

第108号

相談電話

\*\*\*\*\*

075-864-4343

24時間 年中無休

## すぐそばにある貧困

自立生活サポートセンター「もやい」代表 **大西 連**  
(東京いのちの電話理事)



先日、2016年の自殺者数が21,764人であると厚生労働省が発表しました。

22,000人を下回ったことは、22年ぶりのことだと言います。

日本の自殺者数は1997年～2011年までの14年間、30,000人を超えていました。その当時からすると、確かに自殺者は減っているといえます。しかし、一方で、現在もまだ、21,764人の方がなくなっている。そして、それは、1日に59.6人の方が、24.17分に1人の方が亡くなっているという衝撃的な数字でもあります。

自殺者数が年間3万人を下回ったことはいいことだと思います。実際に、各地で支援の活動が広がったり、国や自治体の政策が整いつつあることの成果もあるでしょう。しかし、一方で、まだつながれていない命、届かなかった声があることを忘れてはならない、そして、私たちは、より多くの人たちと一緒に、一人ひとりの声を丁寧に受け止めていく必要がある、それが、自殺をテーマに活動する私たちの使命なのではないかと思えます。

### ■私たちの活動

さて、私自身は、「貧困」をテーマに活動しています。簡単な自己紹介をしますと、ふだんは、認定NPO法人自立生活サポートセンター・もやいというところで理事長をしています。

〈もやい〉は、日本の貧困問題に取り組むNPOです。いわゆるバブル崩壊後にホームレスの人たちがあふれ、彼らを支援するために立ち上がった支援団体が共同で設立した団体です。

1990年代以降、全国で、そして東京都内でもホームレスの人が街にあらわれるようになり、炊き出しなどの支援活動が活発におこなわれるようになりました。当事者や支援団体の要望により、いわゆるホームレス対策としての事業が行政主導ではじまったのが2000年でした。

東京都が国に先駆けておこなった事業は「自立支援センター」の設置でした。自立支援センターはホームレスの人が無料で宿泊ができ、食事の提供を受けることのできる施設で、そこに入所し、住所をおき、仕事を探して、お給料が出たらそのお金でアパートを借

り、というものでした。この制度の登場により、実際に数百人単位のホームレスの人がアパート生活に移行しました。

しかし、一つだけ、行政の支援では対応できない課題がありました。それは、彼らがアパートを借りる際の「連帯保証人」がいない、ということでした。

ホームレス生活をしている人のなかには、家族や友人などの人間関係を失っている人が多く、そういった支援施設を利用して仕事を見つけても、アパートを借りる際の「連帯保証人」がハードルになっていました。

そこで、都内各地の支援団体が協力して立ち上げたのが〈もやい〉です。ホームレスの人がアパートを借りる際の「連帯保証人」を引き受ける、という活動をスタートさせました。

保証人はとてもリスクのあることです。滞納したりトラブルがあれば本人にかわって肩代わりする。実際に毎年赤字ですが、多くの方のご寄付で活動が成り立っています。

最初は、ホームレスの人の「連帯保証人」としてスタートしたものの、実際には、いわゆる「ホームレス＝野宿者」だけではない方からの依頼も多く寄せられています。

DV(夫や恋人などからの暴力)を受けて逃げてこられた女性や、児童養護施設出身の人、ながく精神科病棟に入院して退院後のアパート生活を認められている人や、外国人の2世や3世の人、母子家庭など、いずれも、家族や友人などの人間関係を失い、保証人になってくれる人を見つけれない人たちでした。

彼ら・彼女らの多くは、仕事を見つけたり、制度を利用したり、いずれもアパートを借りることができる状態になっていても、保証人の問題をクリアできずに困っていました。

ホームレス支援からスタートした〈もやい〉の活動も、そうして、ホームレスの人に限らず、結果的に、「経済的な貧困」と「つながり



(次ページに続く)

(1面から続き)

(人間関係)の「貧困」におちいっている人たちの支援へとフェーズを変えていきました。現在までに、のべ約2400世帯の連帯保証人を引き受けていますが、彼ら・彼女らの背景には「孤立」の問題があると支援の実績のなかから感じています。

### ■「貧困」と「自殺」

私たち(もやい)は日本の「貧困」をテーマに活動しています。そして、そこで出会ったのが「自殺」の問題です。

生活保護を利用している人の自殺率は、一般世帯の約2倍とされています。また、ホームレス生活中に自ら命を絶った方を何名も見てきました。

私たちは、連帯保証人を引き受けたり、生活の相談を受け付ける場所としての相談を通じて、多くの人たちの「貧困」の問題に直面してきましたが、そこで必ず現れるのが「孤立」の問題でした。

人は一人では生きていくことは出来ません。多くの人が、さまざまな支えのなかで、特に人と人との関係性のなかで生きていってほしいです。

そこから「孤立」してしまうと、「貧困」におちいりやすくなる。そして、「孤立」と「貧困」の二つに襲われたとき、多くの方は「絶望」を感じてしまう。

私たちは、その連鎖を断ちたいと思っています。

いま、日本では6人に1人が「貧困」であると言われています。(2012年厚労省「国民生活基礎調査」)

16.1%の人が、月に約10万円程度の所得で生活しています。彼ら・彼女らのなかには、経済的な困窮だけでなく、社会的な孤立におちいっている人もいます。

彼ら・彼女らに対して、私たちができることは何か。6人に1人と、非常に「見えにくい」が「すぐそばにある」と言える「貧困」について取り組むことは、日本の喫緊の課題であるだけでなく、隣人や同じ社会の住人としての私たちの責任でもあると思います。

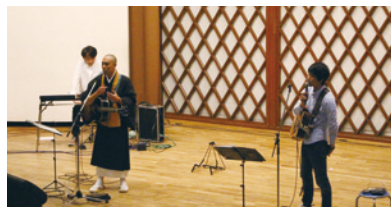
「自殺」と「貧困」。この二つは実は切っても切れない関係にあります。この二つの大きな課題、そしてこれはきっと現代社会の大きなテーマでもあると思うのですが、この二つの課題をどう解決することができるのか、そして、どう取り組むことができるのか。私たちに問われていることはとても大きいと思います。

2017年、そんなことを考えながら、活動を広げていきたいと思っています。

\*ご著書 『すぐそばにある「貧困」』ポプラ社刊



## 活動報告



### ▶チャリティーコンサート

12月4日(日)、京都市のちの電話チャリティーコンサートが、同志社女子大学栄光館で開催されました。フォークデュオ「キッサコ」の歌が胸にとどき、久しぶりに涙した、という声も聞かれました。

### ▶相談員全体研修

10月23日(日)、名取琢自氏(京都文教大学教授)による『傾聴・語り・再発見 一映画ワンダフルライフインタビューから』、11月19日(土)、広野ゆい氏(発達障害を持つ大人の会代表)による『大人の発達障害の現状と支援～当事者の立場から～』、12月17日(土)、柴田長生氏(京都文教大学教授)による『家庭のコンテクストの中で聴く～電話相談におけるジェノグラム活用の活用～』をテーマに、相談員全体研修が行われました。さまざまな分野の学びから、ひとりひとりが多様性をひらく機会になるための研修会は、満員となりました。



## 事務局日誌

9月 3日(土) 39期期養成講座「応答実習②」(研修スタッフ) 研修委員会	14日(金) 京都府自殺対策協議会	17日(土) 相談員全体研修「家庭のコンテクストの中で聴く」(柴田長生氏)
6日(火) 京都市自殺総合対策連絡会(事務局長中瀬真弓氏)	19日(水) 京丹後市「こころいのちつなぐ手研修会(初級)」(中瀬真弓氏)	23日(金) 理事会・運営委員会
9日(金) 京のいのち支え隊 該当啓発活動(事務局員)	22日(土) 39期養成講座「電話担当研修③」(中瀬真弓氏)	12月~2月 39期グループ研修(全3回)
10日(土) 38期グループ研修(3月まで毎月1回)(日高正宏氏)	23日(日) 相談員全体研修「傾聴・語り・再発見」(名取琢自氏)	2017年
毎月11日 イオン幸せの黄色いレシートキャンペーン参加	11月 5日(土) 39期養成講座「電話担当研修④」(研修スタッフ)	1月 8日(祝) 広報部自主研修 映画上映会
15~17日 いのちの電話相談員全国研修会(於:奈良)	8・22・29日 「箱庭を使った電話相談の聴き方」研修(中西龍一氏)	11日(水) NTT労働組合京都 新春の集い(中瀬真弓事務局長)
17日(土) 38期2年次セミナー「相互ミラー描画展開法」(名取琢自氏)	17日(木) 広報委員会	14日(土) 39期養成講座「青年期・「自分探し」のゆくえ」(岡田盾夫氏)
24日(土) フリーダイヤル自殺予防いのちの電話研修(大西達氏)	19日(土) 相談員全体研修「大人の発達障害の現状と支援」(広野ゆい氏)	21日(土) 38期養成講座「電話相談の臨床心理学的視点」(小林哲郎氏)
39期期養成講座「電話相談研修①」(日高正宏氏)	26日(土) 39期養成講座「自殺危機介入」(加藤廣隆氏)	23日(月) いのちの電話連盟 近畿東海ブロック会議(中瀬真弓・日高正宏氏)
ゲートキーパー交流会(事務局員)	30日(水) 京丹後「こころいのちつなぐ手研修会(中級講座)」(中瀬真弓氏)	28日(土) 38期2年次セミナー「もう一度電話相談について」(高木総平氏)
27日(火) 福知山「ささえあいパートナー事業協力者養成講座」(中瀬真弓氏)	12月 3日(土) 39期養成講座「電話相談研修⑤」(平田真貴子氏) 広報委員会	28~29日 28期29期30期フォローアップ研修(関谷直人氏)
29日(木) 運営委員会	4日(日) チャリティーコンサート フォークデュオ「キッサコ」(於:同志社女子大学 栄光館)	
10月 1日(土) 39期期養成講座「電話相談研修②」(平木久代氏)		



コラム

# 苦しさをもちこたえる力

悩みを抱えた人の話を深い水準で聴くためには、その悩みを聴く際に生じる苦痛や葛藤を、心理援助者自身がもちこたえなくてはならない。しかしそれは、非常に難しいことでもある。その難しさを、私がこれまで行った心理援助者への指導経験をもとに創作したケースを通じて示してみたい。

ある夜、中年の女性から電話がかかってきた。5年前からうつ病が全く改善せず、死にたい気持ちが抑えられない。そういう訴えだった。相談員は慎重にこの語りを聴いていたが、その中で女性が悲観的になりすぎていると考え、こう問いかけた。「死にたいだけでなく、病気を治れば生きていたいとも思いますか」。この問いに女性は一瞬口をつぐみ、その後「ええ」とためらいがちに返答した。このやりとりの後、女性の語りは途絶えがちになり、最後はやや唐突に「もう大丈夫です、聴いて下さってありがとうございました」と言って電話が切れた。

しばらくたって、相談員はこのやりとりについて検討する機会を得たが、そこで自分の対応を次のように振り返った。

一この相談は、私が女性の生きたい気持ちに焦点を当てた時から、うまくいかなかったように思います。そこに焦点を当てたのは、女性が悲観的な考えにとらわれすぎていると感じ、彼女の生きたい思いに働きかけたほうがよいと考えたからでした。しかし今になってみると、もっと別の理由からそうしたのだと分かります。私は、女性の語りの重苦しさを逃げてしまっていて、生きたい気持ちに焦点を当ててしまったのです。この私の逃げの姿勢を女性はおそらく敏感に察知し、失望して電話を切ったのだと思います。

この相談員の自己理解は、以下の二つの点を教えてくれる。まず悩んでいる人の話を聴く際に生じる苦痛や葛藤をもちこたえる援助者の努力こそが、心理援助を進展させる力だということ。しかし援助者の内部に生じる不安や怯えが、その努力の維持を困難にし、結果的に援助を失敗させてしまうこと。

もちろんそうした不安や怯えから、完全に自由な人間はいない。その意味で、全ての援助者はこの種の失敗を経験しているはずだ。しかし私たちは、こうした失敗に露呈する自分の弱さを自覚する努力を続けていけば、苦しさをもちこたえる力を伸ばしていくことができる。そして、こうして得られる人間的成長こそが、心理援助という困難な仕事が私たちに与えてくれる、貴重な果実の一つである。

北村 隆人

精神科医／東洞院心理療法オフィス・太子道診療所精神神経科



Column

受信件数

2016年9月1日～ 2017年1月31日	8,928件
開局以来 (2017年1月31日現在)	739,392件

**自殺予防 いのちの電話**  
 こころ 0120-783-556  
 毎月10日8:00～翌日8:00  
 【24時間無料です】

**京丹後市 「自殺ゼロフリーダイヤル」 に協力しています**  
 京丹後市民の方から受信します。  
 0120-689-107  
 【毎日・無料】  
 '16年7月23日～'16年12月31日、京都いのちの電話が京丹後市民から受けた受信件数は111件でした。

社会福祉法人 京都いのちの電話 提供 **傾聴講座**  
**あなたも聴き上手になりませんか?**  
 しんどい時、誰かに話を聞いてもらおうと楽になります。でも余計なアドバイスをされると、さらに辛くなります。「話を聴く」という体験をしてみませんか? どうぞ気軽にご参加ください。少しでも生きやすい社会になるように、あなたも聴き上手になってみませんか?  
**無料 申込制**  
 3月25日(土) 10時～12時 アスニー山科 (JR山科駅・京阪山科駅)  
 3月25日(土) 14時～16時 ハートピア京都 (京都市営地下鉄丸太町駅)

**第40期 ボランティア相談員募集がはじまりました**  
 応募資格 20～68歳の方(職業・経験不問、こころざしのある方)  
 養成期間 1年次: 2017年5月20日～2018年3月 2年次: 2018年4月～2019年3月  
 講座内容 1年次: 1泊研修・講義・グループ研修や実習 2年次: インターン実習および各種研修  
 受講料 1年次: 前期20,000円・1泊研修費9,000円/後期15,000円 2年次: 10,000円  
 申込期間 2017年4月22日(土) 必着

お申込み・お問い合わせは、電話またはFAXで 社会福祉法人 京都いのちの電話 事務局へ  
 電話 075-864-1133 FAX 075-864-1134

# ご寄付・ご協力のお願い

京都いのちの電話の活動は、みなさまからのご支援により運営されております。  
千人で京都いのちの電話を支えよう、という思いから「千人会」が発足しました。  
あなたも京都いのちの電話を支えるおひとりになっていただけませんか？

世の片隅で、  
24時間眠らぬダイヤルの活動を  
一人一人が繋いできました。

相談員活動に必要な諸経費が  
年間2,100万円かかります。

公開講演会や広報活動費用などは  
公私助成金等に応募などして  
賅っています。

地味な活動です。  
こつこつ続けて34年  
まだ電話は鳴りやみません。

ご寄付いただきますと  
寄付金控除・税額控除の対象に  
なります。

ボランティア電話相談員として  
育てゆくには年月を要します。

資金ボランティア、相談ボランティアの  
新たななり手が減少しています

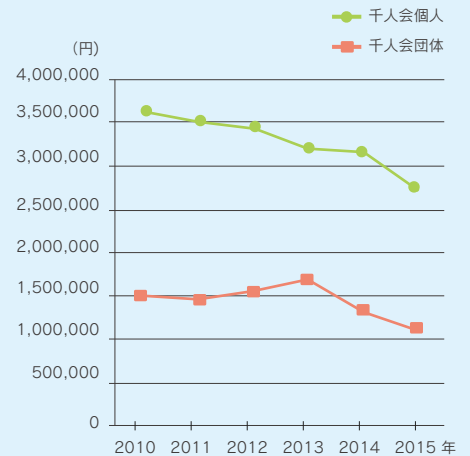
京都いのちの電話の活動をお知り合いなどにご紹介ください。  
どうぞ皆さまのご賛同をいただけますようお願い申し上げます。

千人会会費は(個人)年間1万円、(法人・団体)1万円・5万円・10万円です。  
振込先は以下のいずれかになります。

郵便振替 01050-0-44782

銀行振込 三菱東京UFJ銀行京都支店 普通 299707  
京都銀行帷子の辻支店 普通 130302

口座名 社会福祉法人 京都いのちの電話



\*ご希望の方にはパンフレットをお送りします。

ご支援くださる皆様に

## マネジメントのための「聴き上手講座」をご提供いたします。

講座は **無料**(年1回)

目的は 「聴き上手な上司(管理者・監督者・リーダー層)となるために」 など

時間は 1セッション2時間半(要相談)

### 35年分の知恵を伝授いたします。

\*年間5万円以上のご寄付を  
いただいた団体様(個人名も可)に  
限らせていただきます。

\*パンフレットもごさいます。  
お問い合わせは事務局まで。

編集後記

最近、人と人との触れ合いが減っているように感じる。身体の触れ合いは、握手やハイタッチ、ハグなど、安心感を共有する。言葉で触れ合うのは、人と人を結ぶ力があるが、最近では短時間で結論を説明することが目的になっている。気持ちが触れ合う機会も減っている。人と会うのが煩わしくなり、無駄な時間を解消するために、便利な道具が開発されている。触れ合いを当たり前とおもえる関係を大切にしたい。(糸井国雄)

社会福祉法人 京都いのちの電話

事務局：〒616-8691 京都西郵便局私書箱 35号  
TEL. 075-864-1133 FAX. 075-864-1134  
URL <http://kyoto-lifeline.com/>

発行人：平田 哲  
編集：京都いのちの電話 ニュースレター編集委員会  
郵便振替：01050-0-44782