



086-245-4343
相談電話 24時間いつでも シミジミ

岡山県民の電話



写真 岡山県瀬戸内市

丘の上から

斎藤 恵子

丘の上から多島海を見ました
風いで青い絹布になっています
ちいさな小舟が浮かんでいます

いくつも描いた夢が
やわらかな波になり
風いだ海に寄せてきます

ちがう生き方があったはずなのに
自分を信じることができなかったから
てのひらからこぼしたのかもしれない

樹木は影になっていき
潮の匂いが満ちてきます
わたしは丘になっています

望みはこぼれても消えてはいません
夕暮れひそかに島は高くなり
わたしはわたしに近づくのです

近づいても
出会うことがないことを
悲しみながら
頷くのです

明日は晴れるでしょう



「あなたの家族が、心の病にかかったら」

2013年10月6日(日) ピュアリティまきび

講師：夏 莉 郁 子 氏

児童精神科医・やきつべの径診療所理事

母の幼いころ

私の母の話振り返ってみたいと思います。母の父は小口の金貸しをしていました。集めたお金を居間の床下に貯め、夜中、家人が寝た後、床から1枚2枚とお札を数える、非常に猜疑的な偏屈なおじいちゃんだったと覚えています。母の母親は単純そのものの、小学校しか出ていないけれど、人の良い方でした。その両親のもとに生まれた一人っ子が母です。母はちょっと発達に偏りがあり、小学校6年間学校では一切しゃべってない、非常に無口でしたが頭のよい人だったようで、学歴のない親に代わって小学校の時から学校に出す書類は全部母が書いていました。

母の精神科入院と離婚

母は私を出産後結核になって隔離病棟で約2年半入院していました。その間、私は叔母に手厚く育てられました。母は私に会えなくて嘆いていたら、病棟の方がキリスト教に誘い入信しました。母はこの信仰を78才で亡くなる最後まで持ち続けていました。

母の退院後、父と母の関係がダメになりました。父は製薬会社の営業マンです。昭和40年代高度成長期、連日医者への接待麻雀、日曜は接待ゴルフ、派手な生活でした。父は「俺は男芸者だ」と言っていました。

母は看護師でした。父は外に女性もいて家に帰ってこなくなり、母は私と二人きりの生活で、だんだん精神変調をきたしていきました。結局2回の精神科病院入院を経て、離婚します。母は北海道の実家に帰され、私は父に引き取られました。私は母が怖くて10年間会うことができなかったのですが、10年後ある友人の手助けで北海道の母と再会しました。母は私と会うことを喜んで一張羅の洋服を着てきましたが、家はゴミ屋敷。私はもう逃げたかった。母の身元引受人は一人娘の私だけで、私は母を背負えるかと不安に満ちた再会でした。

再会した母に愕然として

母と再会して愕然としたのは、薬の副作用です。口はウワンウワンするし手は震えるし、私は医者になって4年目でしたが、なんかビンタされたような気持ちでした。私は再会して1ヶ月だけ浜松で母と暮らしました。街を歩いていて信号になると母はその場で体育座りをして待つのです。「医大の同級生見ていないかな」と気になりました。

私の結婚も母は「私を見捨てる気か」と怒ったし、私は夫や子供に大変迷惑をかけました。診療所に母が電話をかけ「夏莉の母です」というのです、受付は院長(夫)のお母様だと思います。夫が診察している時に、母は全

く事実無根の被害的なことを言い罵倒攻撃するのです。夫も精神科医で病気に理解がありますが、やっぱり肩身が狭かったです。夫に「ごめんね」と言いつつ、母には「何てことするのよ。私の幸せを、また壊そうとするの」と罵倒して…。医者として失格で今、後ろめたいです。

お金を請求した友人のおかげで

私を母と再会させてくれた友人はとても良い人ですが、お金を請求されました。もちろん北海道往復の飛行機代と宿泊代は払いましたが、その他に「出張料として1日10万円承ります」と。私は力が抜けてしまいました。その友人は普通の主婦の方で「天涯孤独なのね、遊びにいらっしやい」と言われ、だんだん私の事情が分かってくると「あなた、お母さんに会わないと幸せになれないよ」と言われ母に会ったのです。

私はそれまで「お母さんと会いなさい」という家族療法の方向付けはどの先生にもしていただけなかった。彼女は私の家族をいじり家族関係を大きく変えました。

それともう一つ。お金が入ると私は甘えなくなります。もし彼女がお金を取らなくて限りない優しい人だったら私は彼女に依存したと思います。でも、お金が間に入ったのでだんだん考えるようになり、結果的に彼女に依存せず自立できたのです。いろんな意味で私は感謝しています。手間暇かければ人は必ず変わる、その人の行動する時間を与えるというのは、やはり人を変える力になると私は思っています。

母を恐怖した子ども時代

私は母がどうして病気になったのか考えました。父の浮気のせいではなく、母は考え思いつめる人だったこと、幼児期発達の偏りがあったこと、非常に偏屈な父親のもとで生育したことなどによるもので、母の才能を生かすような高等教育、大学に母が行けたなら発病という形ではなくて、もっと活かされたかなと思います。公表後、私は勇気を出して母のカルテを取り寄せました。驚いたのは、母は結婚前の23歳から精神科通院歴があったのです。

私の子ども時代は恐怖です。小学校3年生の時、朝起きると居間で母が倒れていました。服毒自殺を図ったのです。父は帰ってきませんから「お母さん、お母さん」何回も起こしているうちに目を開けむっくり身を起こして、私の顔を見てニヤッと笑ったのです。その顔がものすごく怖くて、私は後ろの方へ飛び退きました。掃除せず家の中は不衛生。食事は私だけなので8年間毎日献立が同じ。小説を積み上げて一日中座って煙草を吸い、食

事は曲がりなりにも作りましたが、何か言えば被害的になるのです。だから私は友達も呼べない。「赤毛のアン」の本だけが親友でした。

興奮すると母は

私は勉強できても友達がいらない。人と付き会うのが怖くなり、修学旅行も行かなくなりました。

医者になったのは父と母への恨みからかもしれません。父は製薬会社で若い医者にはペコペコ頭を下げて薬を売り、母は看護師でやはり上下関係があったと思います。両親の恨みが身に染みていたということと、私自身がじめられたりして見返してやりたいと思ったのです。

私を苦しめたのは母を見捨てているという罪悪感です。入学後も母は私が電話番号を知らせないと大学に電話してきます。私は母だと判ると切って引越しました。なぜかという、父は母の病状によって大変な目に遭ったのです。母は興奮すると、近所中のインターホンを押して歩いたり、真夜中に奇声を上げたり、会社に怒鳴り込むといったこともありました。会社員にとって致命的で、父は相当社会的な損失を受けたのです。

私は一生懸命勉強してやっと医大に入ったのです。勝ち得たものを失いたくない自分を守る気持ちと、一人娘だという気持ちが常に錯綜すると、しだいに私は心を病み、常に人に見られているような変な感覚を持ってしまいました。

心を病んだ私

家族構成が大きく変わったことも私にとってはダメージでした。私が医学部に入った途端、父は再婚。後妻さんもお子さん連れての再婚です。母のことは父の新しい家庭では全く言えません。父は医学部に入った私が自慢で、新しい家庭に連れて行ったのですが、私にはものすごい文化ショックでした。

今まで掃除も洗濯もろくにしていなかった家から、途端にピカピカの家になったのです。トイレは拭き清めていて私が使った後、後妻さんが1回1回掃除をしているような気がしました。

結局私は父の新しい家庭にも居場所がない。母のところには怖くて帰る気はしません。大学だと友達の作り方がわからない。孤独で、煙草を一日40本吸い、お酒を無理して飲んで吐いて、リストカット、過食、拒食もう完璧に病院です。医学部5年生の時に自殺未遂、研修医の時に2回目です。

精神科の教授が「君は弱いところがあるから医局で診てやるし便利だぞ」といわれ、私は患者兼研修医として精神科医局に入局し、研修医になってからも大量の向精神薬を処方されました。多分うつ病という病名を付けられたと思います。全部父の新しい家庭への当て付け、試し行動の繰り返し。「こういう風に私が不調になったのは家庭を壊した父のせいだ」と思って。

家族の中では誰が悪いでもない

父は本当に母の症状に振り回されました。たまたま父が家に帰り床屋に行った時、母が不穏状態になり放っておくと近所迷惑です。私も身の危険も感じ、床屋にいる父を呼びに行ったら髭を剃っていて、私の顔を見て「あいつか!」と台から飛び降り、首にケープを巻いたままひらひらさせながら駆けつけ、母を取り押さえました。

そんな生活で、盆も正月もないです。

だから離婚した父を私は責める気にはなれません。それから私が専攻を精神科にしたのも父はショックで「精神科になんで行く」と何度も言われました。今思うと父も母の発病を知らずに結婚したし、家族って誰が犯人とか被害者というのはないのだと思います。

私は結婚しましたが、夫に打ち明けた時は破談を覚悟しました。夫は「だからこそあなたを幸せにしたい」と結婚してくれたので本当に感謝しています。現実では今も結婚然り、精神障害者とその家族の受ける差別、就職も重い問題だと思います。

母のことを公表して

私は精神科医になってからも最初は統合失調症の人を診られなかったのですが、中村ユキさんとの出会いで家族としての気持ちを初めて彼女に聞いてもらったこと、もう一つは公表後たくさんの人が母を評価してくれたことから出来るようになりました。「お母さんは立派に自立された人ですよ」と言われ、病とは別の側面に気付かされました。

母は晩年、薬も飲まなくなり俳句に没頭しました。角川書店から5冊の句集を出しました。晩年の母は真っ赤な服を着て歩き、私が子どもを産んで喜んでくれましたが、やっぱり普通のおばあちゃんと違うのです。「診療所休んで孫連れて行くよ」と言ったのに「俳句に忙しいから来てくれるな」と。「孤独死する」と言っていたら、本当に最期は、私の診察中に介護ヘルパーさんから「行ったらお母さんは冷たくなっていました」と電話がありました。孤独死でした。これが母の一生です。

母のお葬式は寂しく最後まで孤高の人生を貫いた人だと思っています。父も他界しました。出世し62歳で癌で亡くなりましたが、社葬で社長さんが葬儀委員長でした。

バランス感覚が病者の支援

私が医者になれたのは父の物心両面のおかげです。私は母のために、否、父のために、それとも自分のために生きればよかったのでしょうか。

支援者は葛藤を抱えながら、でも自分の価値観は大切にしながらも、当事者家族の価値観を優先させ得るバランス感覚が病者の支援になるということをお伝えしたいです。

つい最近母の手帳が出てきました。「郁子から電話、今日機嫌悪かった」「郁子から電話、今日優しかった」「一人ぼっちの大晦日」。母には母親としての思いがあり、お互いこの世では残念ながら伝え合うことができなかった悲しさもこの病気の悲劇だと思います。「心の病はあなたの人生のどこかで出会う病気です」これが私のキャッチフレーズになりました。そして、今の私を支えている言葉「人間は必要とされると頑張れます」。そして人が回復するのに締め切りはありません。60歳、70歳になったから遅いってことではない。その人の時間で、その人の価値観での回復があることを知ってほしいと思います。

(要旨 広報部)

自殺関連受信率が12.5%に！ 男女差は少なく

電話相談
統計
2013年
1月～6月

総受信件数

9,839 件（うち男性 5,538 件、女性 4,301 件）

自殺関連件数

1,402 件（対受信率 12.54%）

（数値は全て統計部による）

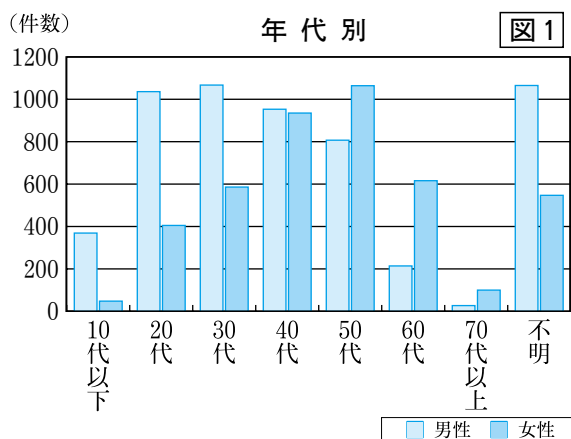
1、50代男性の増加

全体件数は、前年の1月から6月の上半期に比べ500件以上減少し、男女ともに減少傾向でした。男性では20代30代40代は減少し、しかし50代は約150件増加していました。女性は40代と60代が増加していました。（図1）

男女合わせて最も多い年代は40代、次いで50代です。男性だけでは、30代が最も多く、次いで20代で、どちらの年代も1,000件を越えていました。男性60代になると200件程度となり減少しています。

女性は50代が最も多く1,000件を越え、次いで40代となっていました。

男性は20代30代が多いのに比べ、女性は40代50代が多い傾向でした。かつては圧倒的に男性からが多かったのですが、近年差が縮まり全体の占める割合は男性56%、女性44%となりました。



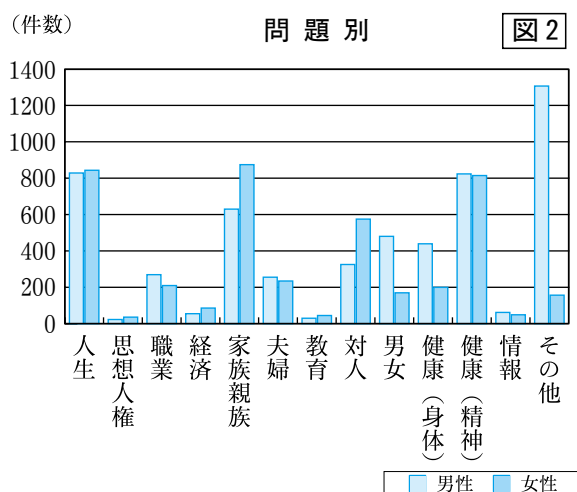
2、女性の人生問題の増加

問題別では、人生問題と精神の健康問題がどちらも男女合わせて1600件以上ありました。人生問題も精神の健康問題も男女比はほぼ半々で男女差は見られませんでした。（図2）人生問題で、前年同期と比較すると、女性は600件以上増加し、男性は100件以上減少し、そのためほぼ同数となりました。

精神の健康問題でも男性がやや減少、女性がやや増加し同じ割合となりました。身体の問題では男性件数は女性の2倍以上ありました。男性の方が身体の問題について考え、身体の問題が不安だと、仕事に支障をきたすのではないかと

と考えるのでしょうか。

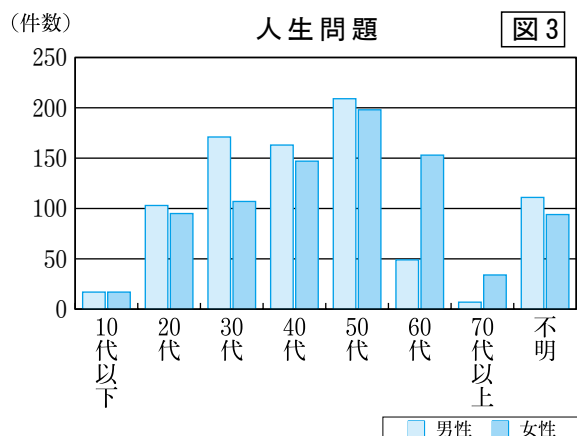
家族問題は男性件数が増加し、かつては女性が圧倒的に多かったのですが、差が少なくなりました。



3、男女差が少なくなった人生問題

人生問題は前年同期では男性の方が多い傾向でしたが、2013年の上半期は男女比は50%対50%となりました。（図3）20代30代40代ともに、男性は減少し女性は増加し差が少なくなりました。50代では男女ともに増加し、全年代の中で最も多い件数となっていました。知命といわれた年代ですが、もはやそのような感慨どころか悩み深き年代となったようです。

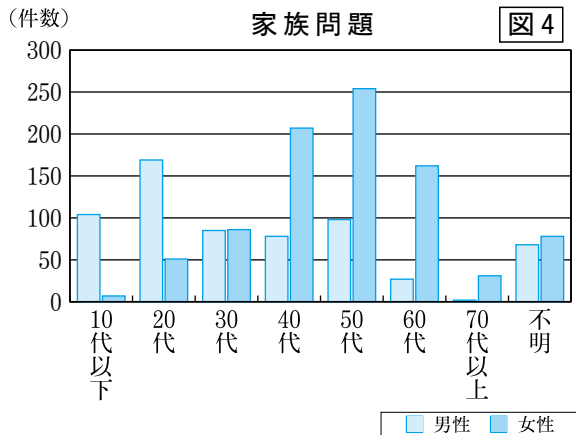
人生問題について、男女ともに抱える問題は違っても、生き難さは変わりがないのではないかと思います。



4、家族問題の男性の増加

家族問題では男性が100件以上増加し、女性もわずかながら増加していました。(図4) 50代女性40代女性が最も多くなっていました。男性はどの年代も増加傾向で、20代10代が他の年代より多く、次いで50代男性になりました。10代20代は子どもの立場からの問題が多く、40代50代はその親年代と考えられ、それぞれの立場で問題を抱えていると思われました。

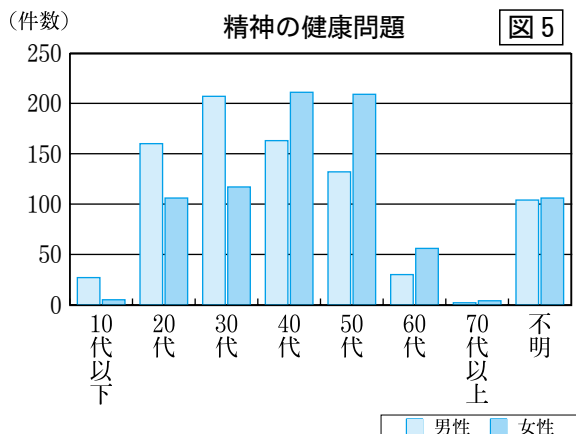
それにしても40代から60代の女性の圧倒的な多さは、女性が家族問題を負うことが多いのではないかと考えられました。



5、精神の健康問題で全年代の女性の増加

精神の健康問題を図にしました。(図5) 男性件数は前年同期と比べ減少し、女性件数は増加し、男女比は50%対50%となりました。女性は20代から70代以上まで全年代で増加していました。

40代女性が最も多く、次いで50代女性と30代男性となっていました。男女合わせた年代では40代が最も多く、次いで50代30代となりました。前年同期では30代が最も多い傾向でしたが、今回少し変化していました。30代男性を始め働き盛りの年代からの件数が多いことを憂えています。



6、自殺関連の30代の増加

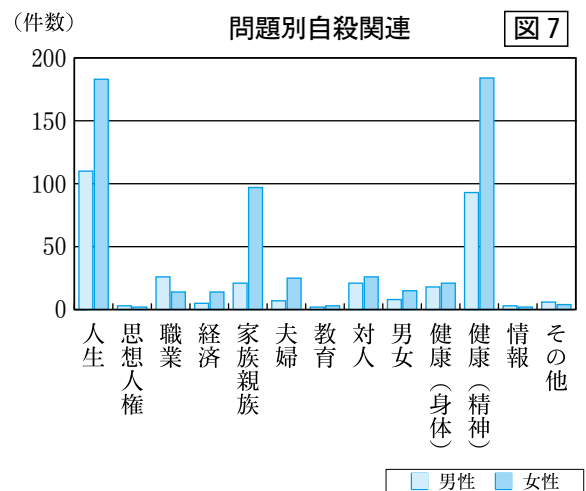
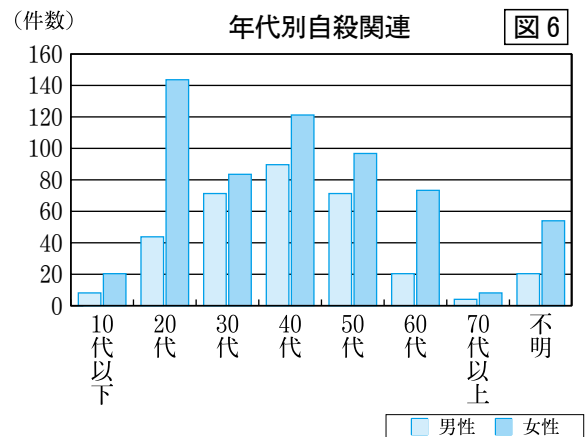
自殺関連件数は前年同期より増加し、全体で約900件ありました。(図6) 男性件数は減少していましたが、女性件数が増加し男女比は35%対65%となりました。女性は20代が最も多く次いで40代50代30代を除く全年代で増加し、特に40代女性が増加して100件以上ありました。

問題別で見ると(図7) 女性の人生問題が増加し、逆に男性の人生問題が減少し、前年同期に比べると男女比が逆になりました。精神の健康問題ではわずかながら男女ともに減少しています。家族問題、夫婦問題では女性が増加しています。

人生問題、健康問題、家族問題の女性件数の多さが大変気がかりです。

自殺関連の占める割合は前年同期10%だったのが12%に上がりました。いろいろな問題を抱えて苦しむ人は多いと思います。そのときは「岡山いのちの電話」に電話をかけて下さい。私達はダイヤルの前で待っています。

(文責 編集委員)



電話がつながるのを待っている方がいます

あなたも相談員として 仲間に加わっていただけませんか

第 31 期 相談員募集要項

募 集 人 員	40 名程度
応 募 資 格	原則として 23 歳～ 63 歳位までの男女で、いのちの電話の趣旨に賛同し、活動に積極的に参加できる方。特に深夜帯、日曜日に活動できる方を歓迎します。
受 講 費 用	50,000 円 (1 泊 2 日の宿泊研修を 2 回分含みます)
受 講 期 間	2014 年 4 月 5 日 (土) ～ 2015 年 3 月 5 日 (木) 予定 おおむね月 3 回 木曜日 18:30 ～ 20:30
申 込 手 続 き	1. 決められた申込用紙 2. 「受講動機」と題する作文 (400 字詰原稿用紙 2 枚) 3. 「私の生い立ちと今の自分」と題する作文 (400 字詰原稿用紙 5 枚) 4. 申込料 1,000 円 (切手可、100 円以下の切手でお願いします)
募 集 期 間	2014 年 1 月～ 3 月 8 日 (土) 予定
面 接 日	2014 年 3 月 15 日 (土) 午後予定 場所は別途お知らせします。 (申し込まれた方は面接を受けていただきます。場合によっては受講をお断りする場合がありますのでお含みください。)
ホ ー ム ペ ー ジ	http://okayama-inochi.jp/
お 問 合 せ	岡山いのちの電話協会事務局 (申込先も同じ) ☎ 700-0972 岡山市北区上中野 1-3-5 TEL (086) 245-4344 (月～金 10 時～17 時)

第 31 期養成講座の内容ならびに開催日

曜日と時間 木曜日 18:30 ～ 20:30

No	開 催 日	講 義 内 容
1	4 月 5 日 (土) 13:30 ～	開講式 いのちの電話とそのボランティアについて
2	4 月 10 日 (木)	カウンセリングのこころと方法
3	4 月 17 日 (木)	人間関係づくり (グループワーク)
4	5 月 8 日 (木)	電話相談のこころ
5	5 月 17 ～ 18 日 (土・日)	人間関係体験学習 (1) (宿泊研修)
6	5 月 22 日 (木)	フォローアップ研修
7	5 月 29 日 (木)	病める心の理解と援助 (精神障害)
8	6 月 5 日 (木)	病める心の理解と援助 (神経症水準)
9	6 月 12 日 (木)	人の心の発達
10	6 月 26 日 (木)	女性のこころのケア
11	7 月 10 日 (木)	自分を見つめるー内観療法ー
12	7 月 17 日 (木)	PTSD (心的外傷後ストレス障害) 適応障害
13	7 月 26 ～ 27 日 (土・日)	人間関係体験学習 (2) (宿泊研修)
14	8 月 7 日 (木)	電話相談の方法 (1) 積極的傾聴の意義と技法
15	8 月 21 日 (木)	電話相談の方法 (2) 質問・助言・情報提供
16	8 月 28 日 (木)	ショートカウンセリング (1)
17	9 月 4 日 (木)	ショートカウンセリング (2)

No	開 催 日	講 義 内 容
18	9 月 11 日 (木)	ショートカウンセリング (3)
19	9 月 18 日 (木)	ショートカウンセリング (4)
20	9 月 25 日 (木)	ショートカウンセリング (5) まとめ
21	10 月 2 日 (木)	青少年の理解と対応
22	10 月 9 日 (木)	家族関係論ー家族療法からー
23	10 月 16 日 (木)	頻回通話者について
24	10 月 30 日 (木)	性の問題と電話相談
25	11 月 13 日 (木)	電話相談員の危機
26	11 月 20 日 (木)	相談員と語る (電話相談のスピリット)
27	12 月 4 日 (木)	自殺の心理と介入
28	12 月 11 日 (木)	電話の取り方原則と社会資源提供
29	12 月 18 日 (木)	実地訓練に入るに当たって (見学・先輩と語る)
30	2015 年 1 月～ 3 月	実地訓練
31	1 月 22 日 (木)	ケース研究 (1)
32	2 月 12 日 (木)	ケース研究 (2)
33	3 月 5 日 (木)	相談員と語る (グループ討議) 閉講式
34	6 月 18 日 (木)	認定後フォローアップ研修

※ 会場 岡山いのちの電話研修室 (宗忠神社の駐車場をお借りしています。要・駐車証) 但し、宿泊研修の人間関係体験学習は、5 月 (1) は岡山いこの村 瀬戸内市巴久町虫明、7 月 (2) は「レスパール藤ヶ鳴」岡山市北区菅野で行います。

※ 上記のほか、全体研修が年に数回行われます。これらはその都度ご案内いたします。

第31回 いのちの電話相談員 全国研修会おおさか大会

忘れてへんで、あんたのこと ～みんな誰かの大切な人～

2013年10月25日(金)～27日(日) 大阪国際交流センター

参加者800余名、24分科会・ワークショップという大規模な研修会となりました。岡山からは5名の参加でした。感動のオープニングから始まり、終わりには身になるお土産をいっぱいいただきました。
「最後にみんなで“花は咲く”を歌いました。忘れてへんで！もう頑張るすぎなくていいよ。被災地の今（O）」「相談員2年目で初めての参加です。分科会の話『学習障害と生きる』『性暴力を考える』は非常に勉強になりました。（N）」



分科会「いちゃもん学」

岡山いのちの電話市民公開講座「こころの力」

盛会裏に終えることができました。たくさんのご来場ありがとうございました。

- ① 8月18日 「待つことの意味」
大谷大学教授（哲学）せんだいメディアアーク 鷲田清一氏
- ② 10月6日 「あなたの家族が、心の病にかかったら」（本紙2,3面に掲載）
児童精神科医 やきつべの径診療所 理事 夏莉郁子氏
- ③ 11月10日 「女性と子どものエンパワメント」～内面の力を信じて寄り添う～
岡山理科大学、広島大学他非常勤講師 市場恵子氏

事務局日誌

2013年

6月27日 日本いのちの電話連盟理事会（堀井）
7月12日 講師派遣「いのちの電話と自殺予防に」
浅口市（宇野）
7月12日 岡山県自殺対策連絡協議会（草苺）
7月12日 フリーダイヤル研修会 ①（講師渡部廣一氏）
7月17日～19日 全国事務局長会議郡山（草苺）
8月1日 「おかやま子ども・若者サポートネット」
実務者会議（佐野）
8月18日 岡山いのちの電話市民公開講座「こころの力」
（講師 鷲田清一氏）
8月23日 岡山市自殺対策連絡協議会（草苺）
9月5日 講師派遣「うつはいのちの危険信号」
倉敷市保健所（横山）
9月8日 フリーダイヤル研修会 ②（講師岡部伸幸）
9月10日 自殺予防デー・駅前ティッシュ配り
9月11日 講師派遣「こころの声を聴くために」久米南町
（宇野）
9月11日 イオン黄色いレシートキャンペーン募金活動
（3名）
9月21日 スーパーバイザー研修会（講師中野善行）
「医療の現場から見た思春期の子どもたち」
10月1日 共同募金・オープニングセレモニー・街頭
募金（2名参加）
10月4日 講師派遣「こころに寄り添う相談のあり方」
備北保健所（高橋）
10月6日 岡山いのちの電話市民公開講座「こころの力」
（講師夏莉郁子氏）

10月11日 イオン黄色いレシートキャンペーン募金活動
（3名）
10月19日～20日 相談員心のケア研修（講師堀井茂男氏・
笹野友寿氏・林孝次氏・坪田憲和氏）
10月25日～27日 いのちの電話相談員全国研修会
おおさか大会（5名参加）
10月28日 講師派遣「人付き合いの極意を学ぼう」
岡山芳泉高校（森口）
11月3日 全国研修担当者会議名古屋（山口・草苺）
11月10日 岡山いのちの電話市民公開講座
「こころの力」（講師市場恵子氏）
11月11日 イオン黄色いレシートキャンペーン募金活動
（2名）
11月14日 日本いのちの電話連盟理事会（堀井）
11月15日 内閣府自殺対策官民連携協働ブロック会議広島（草苺）
11月30日 第27回岡山いのちの電話自殺予防公開講演会
「日本の心、岡山の心」（講師立石憲利氏）
12月11日 イオン黄色いレシートキャンペーン募金活動
（3名）

自殺予防フリーダイヤル（朝8時～翌朝8時実施）

7月10日 8月10日 9月10日
10月10日 11月10日 12月10日

震災フリーダイヤル 13時～20時実施（朝8時～翌朝8時実施）

6月 23日
7月 1・9・18・26日
8月 3・12・20・28日
9月 5・14・22・30日

資金ボランティア大募集

あなたも、あなたのお知り合いも、職場の方も、職場も資金ボランティアになって支えて下さい

<維持会員>

個人	A 年 額	2,000円
	B	3,000円
	C	5,000円
	D	10,000円 以上
団体	一口	10,000円 何口でも

お振込先

郵便振替 01260-4-15857 岡山いのちの電話
銀行振込 中国銀行大元支店 普通預金 1223257
社会福祉法人岡山いのちの電話協会 理 事 堀井茂男

<賛助会員>

折々に自由な金額でご寄付下さる方。
お誕生、お香典返しなど折々に頂けると幸いです。

<寄付金控除について>

- 法人は、「特定公益増進法人」への寄付金として、一定金額内で損金 算入ができます。
- 個人は、「特定寄付金」として、支出寄付金額から2000円を控除した金額と総所得金額の40%の少ない金額の範囲内で寄付金控除の対象になります。また寄付をした翌年1月1日に岡山市に在住の方は住民税の寄付金税額控除が受けられます。

期間限定 共同募金

「ささえあいプロジェクト」協力お願い

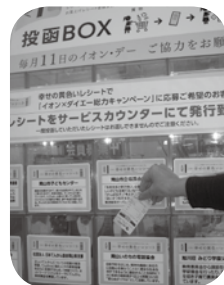
岡山県共同募金会が「地域から孤立をなくそう」ささえあいプロジェクトに取り組むことになり、岡山いのちの電話協会も登録団体となりました。皆さんが「岡山いのちの電話専用振込用紙」を使って共同募金に寄付されますと、岡山いのちの電話の活動資金として25%の利息が付いた給付金を受けることができます。

2014年1月2月期間限定ですのでご注意ください。
上、ご協力をお願いいたします。

(振込用紙とお願い文書を広報誌に挟んでいます)

毎月11日はイオン岡山店でレシート 投函をお願いします

イオン(株)では毎月11日のイオンデーに「幸せの黄色いレシートキャンペーン」を展開しています。11日にレジ外の団体名が書かれた投函BOXに、黄色いレシートを入れると、その額の1%がイオン(株)から団体に寄付されます。「岡山いのちの電話」は3年前から「イオン岡山店」(青江:旧ジャスコ)に登録参加しています。いただいた寄付は日用品や事務用品に使わせてもらっています。皆さんご協力をお願いします。



レシートは投函BOXへ

自殺予防フリーダイヤル

「こころの痛み、話せる電話です」
「つらい時、そばにいます」

毎月10日8:00～11日8:00 2012年には全国で28,835件、岡山では768件の相談を受けています。そのうちの約4割が自殺を口にする電話です。

☎ 0120-738-556

震災フリーダイヤルを終えて

2011年震災当初よりの、被災4県(岩手、福島、宮城、茨城)からの「フリーダイヤルいのちの電話」は2013年9月30日をもって終了。この2年余に岡山では600名の相談員が1141件の相談を受けました。元気で暮らしていた方でも大きな危機。様々な弱さを抱えていた方々にとって、家や周りの人を失ってしまう辛さ、虚しさはどれほどかと思います。今後ますますの支援が必要になると感じています。

終了しても、心の危機を受け止める電話として「いのちの電話」の果たす役割に終わりはなく、誠実に活動を続けなければならないと心に留めました。(事務局長)

「岡山いのちの電話」は 講師派遣をします

学校、企業、団体などに「岡山いのちの電話」のスーパーバイザーが「こころの専門家」として参ります。
詳しくは事務局までお問合せ下さい。ホームページもご覧ください。

編 集 後 記

コスモス畑を見に行きました。青空の下、色とりどりに揺れるコスモスの花の下、茎は細く頼りなく、しかしもつれ合いながらジャングルになって花を支えています。規則正しく直立するのではない、茎の作る空間の乱れようが面白いと思いました。いろいろな形でご支援をお願い致します。(S)

発 行 社会福祉法人 岡山いのちの電話協会

発行者 堀井茂男

編 集 岡山いのちの電話協会広報部

事務局 岡山市北区上中野1-3-5 TEL 086-245-4344

FAX 086-245-7743

ホームページ <http://www.okayama-inochi.jp>

