



086-245-4343  
相談電話 24時間いつでも シミジミ

# 岡山いのちの電話

## 「死とどのように向き合うか」

高木孝子氏

(岡山いのちの電話協会 理事  
ノートルダム清心女子大学名誉教授)



最近、人生の意味や目的についての問いかけを投げかけられることが非常に多い。人生無意味の感じが今深く私たち現代人を捉えているように思うことがある。人生とは考えれば考えるほど分からなくなることもある。考えるとは人間の弱さについてごまかさないで問うということではないかと思う。弱い人間ではあるが人間には考える力がある。人生を、生きることをごまかさないで考えていこうとすると、死の前での限りある命ということ深く想いを及ぼさないわけにはいかない。そこに人間の悲しさがある。このことを掘り下げることによって生の意味付けがあり、結局死によって限界づけられているからこそ、人間の条件としての孤独というものがあるのかもしれない。

余命告知を受けて「別れの手紙」を書く時、最後の挨拶として誰に何を語るだろうかを考えたい。自分の現在の価値観を冷静に見つめ直し、家族や友人の愛情を自覚したり改めて感謝する気持ちが湧いてくるかもしれない。過去の出来なかったことや失敗に対する後悔、自責の念など日本人はこの感性が強い。ささやかでも人に喜びを与え、分かち合い、その人が幸せを実感できたとき共に幸せを感じることが出来る。愛情、情愛は、相手が大事にされているという実感が感じ取られなければ成り立たない。だからこそ死を前にしたとき、人との関わりの中で、大事にされてい

るという実感が伝わっているかどうかということに敏感になるということがとても大事である。逆説的になるが、生きていく意味とは、自分のためだけに生きるのではなく、心を開いて誰かのために尽くしたいという気持ちになれたとき見出すことができる。終末期医療の中では死と向き合う時、悲嘆のプロセス(※)と呼ばれる次元の情緒的経験について言われている。死を目前にした状況に自分を置くことによって、今生きていることのありがたさと、その意味を理解し始めるのではなからうか。だから生きるということ、死ぬということは表裏一体ではないか。

ある公立学校の、末期癌で余命僅かと宣告された校長先生の命の授業のメッセージ

「先生は死ぬことを恐れていないんだよ。死んでも体がなくなっても心は残ることを知っていたから。命には限りがある、でもつながっている。心としての命は永遠に残るんだよ」

※悲嘆のプロセス

- ①精神的打撃と麻痺状態 ②否認 ③パニック ④怒りと不当感 ⑤敵意と恨み ⑥罪意識 ⑦空想、幻想 ⑧孤独感と抑鬱 ⑨精神的混乱と無関心 ⑩あきらめと受容 ⑪立ち直りの段階

# 毎日フリーダイヤル・ナビダイヤルでは 自殺傾向割合が高い



**総受信件数** 18,221件(うち男性9,352件、女性8,869件)

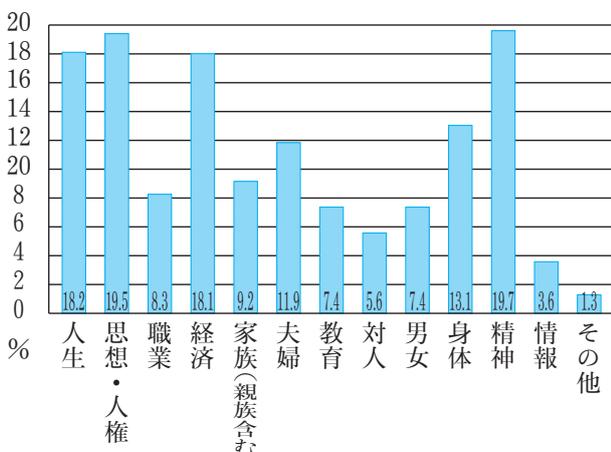
**自殺関連件数** 2,343件(うち男性941件、女性1,402件・対受信率12.86%)

(数値は全て統計部による)

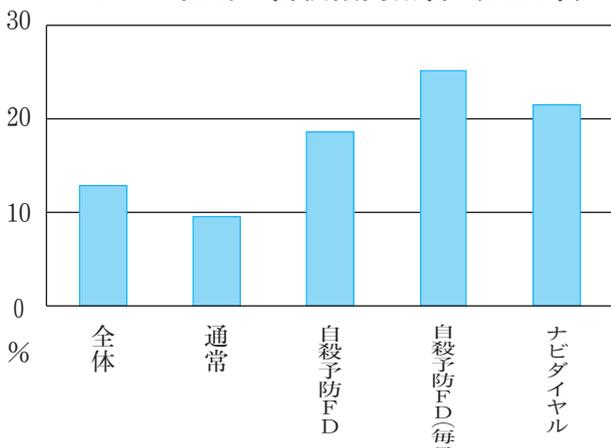
前年比で受信件数が増えたのは、毎日フリーダイヤルの受信と関わりがあると考えています。コロナ禍の影響もあり人生(+374件)、対人(+121件)、精神(+508件)の問題での訴えが大きく増えました。

自殺傾向割合は対受信率が全体で12.86%ですが、毎日フリーダイヤル(2,679件)では25.16%(674件)、ナビダイヤル(991件)では21.49%(213件)と高い割合になっています。思想・人権問題の相談は少数ですが、死生観を理由に安楽死や自殺を望む相談があることで自殺傾向割合が高くなりました。

相談内容別の自殺傾向割合 (2021年)



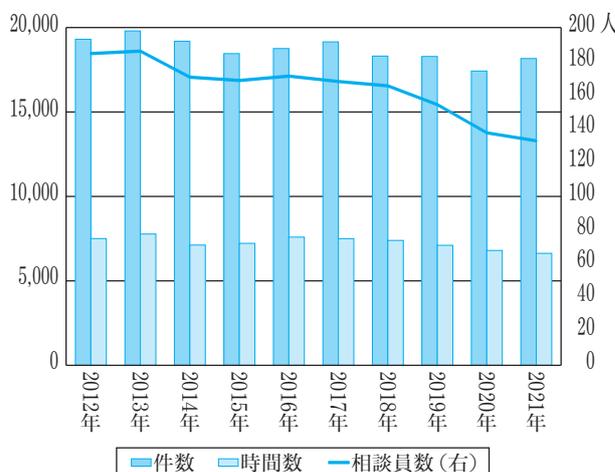
ダイヤル種別の自殺傾向割合 (2021年)



この10年の間に岡山いのちの電話相談員数は約50人減りました。しかし受信件数を大きく減らすことなく、一安心です。年間受信時間も6,651時間でした。コロナ下で職場事情や家庭事情も変わり、2年続きで多くの休務・辞任者がありましたが、相談シフト人数を減らし感染予防効果にもなったというのは、なんとも複雑な思いです。ありがたいことに2022年度は新相談員が20名入り、元気を取り戻しています。

設立以来、毎年相談員を補充してきましたし、これからも助け合い精神を持ってくれる人を増やし、ニーズに応じていけるいのちの電話を目指します。

受信件数・時間数・相談員数の推移 (2012年～2021年)



毎月10日  
毎日

自殺予防FD

0120-783-556

ナビダイヤル

0570-783-556

インターネット相談は  
日本いのちの電話連盟HPから

# 2021年度決算報告及び2022年度予算

(単位：円)

	摘 要	2021年度 決 算	2022年度 予 算
事業活動収入	事務費収入	15,000	5,000
	受講料収入	500,000	160,000
	自殺予防公開講演会	32,000	100,000
	研修参加費	87,000	100,000
	受託金	3,300,000	3,300,000
	地方公共団体補助金	350,000	295,000
	連盟補助金	262,808	250,000
	維持会費収入	1,987,000	2,500,000
	賛助会費収入	2,991,898	2,500,000
	その他寄付金 (共同募金他)	2,456,680	1,500,000
	運用収入	1,554	1,000
	雑収入	10,000	9,000
		<b>収 入 計</b>	<b>11,993,940</b>
事業活動支出	給料	2,366,000	2,366,000
	賃金	720,000	720,000
	法定福利費	431,237	450,000
	研修費 図書	40,718	30,000
	研修費 養成講座	1,817,552	1,500,000
	研修費 継続研修	402,000	450,000
	研修費 全体研修	570,830	650,000
	研修費 自主研修	330,994	250,000
	自殺予防シンポジウム	345,983	350,000

(単位：円)

	摘 要	2021年度 決 算	2022年度 予 算	
事業活動支出	旅費・交通費	177,100	220,000	
	備品費	196,680	81,000	
	印刷費	342,925	330,000	
	一般物品費	53,871	50,000	
	手数料	490,897	400,000	
	通信費	219,590	250,000	
	光熱水費	471,246	430,000	
	会議費	0	10,000	
	借料・貸金庫・会場費	0	20,000	
	借料メンテナンス費用	689,388	820,000	
	修繕費	28,881	30,000	
	雑費	280,921	280,000	
	連盟負担金	143,000	150,000	
	市民公開講座	640,071	600,000	
	保険料	75,710	100,000	
		<b>支 出 計</b>	<b>10,835,594</b>	<b>10,537,000</b>
		<b>事業活動収支差額</b>	<b>1,158,346</b>	<b>183,000</b>
収入	施設整備等収入	1,573,000	300,000	
支出	施設整備等支出	1,573,000	300,000	
	退職給付引当資産支出	180,000	180,000	
	<b>当期収支資金差額合計</b>	<b>978,346</b>	<b>3,000</b>	

## 事 務 局 日 誌

### 2021年

12月21日	講師派遣奈義町立奈義中学校・奈義小学校 (森口)
12月21日	総社市自殺対策連絡協議会 (草苺)
12月27日	日本いのちの電話連盟電話相談事業委員会 WEB会議 (草苺)

### 2022年

1月16日	相談員募集説明会 (草苺、森、前田、福田)
1月29日	日本いのちの電話連盟電話相談事業委員会 WEB会議 (草苺)
1月29日	日本いのちの電話連盟理事会WEB会議 (堀井)
2月3日	第1回岡山県自殺対策連絡協議会WEB会議 (堀井、草苺)
2月27日	相談員募集説明会 (草苺、森、前田、福田)
3月7日	苦情解決第三者委員会
3月14日	日本いのちの電話連盟電話相談事業委員会 WEB会議 (草苺)
3月14日	日本いのちの電話連盟理事会 WEB 会議 (堀井)
3月11日	おかやま被害者支援ネットワーク連絡会 (書面)

3月17日	第38期相談員認定式 / 迎える会
3月18日	中国四国事務局会議 WEB 会議 (堀井、草苺)
3月19日	理事会 (事業計画・予算)
3月29日	評議員会 (事業計画・予算)
4月7日	第39期養成講座開講式 / 第1回講義
4月14日	内部監査
4月25日	共同募金配分金受け取り (藤本)
5月7日	理事会 (事業報告・決算報告)
5月9日	日本いのちの電話連盟電話相談事業委員会 WEB 会議 (草苺)
5月17日	講師派遣 岡山県高等学校教育研究会備前 支部 (森口)
5月20日	笠岡市・矢掛町中学校組合立小北中学校 (牧野)
5月24日	定時評議員会 (事業報告・決算報告)
6月4日	岡山いのちの電話協会総会
6月8日	倉敷市立郷内中学校 (牧野)

第38期生20名が4月から相談員に加わりました。  
第39期生9名で養成講座が開講しました。



# 資金ボランティア大募集！！

## <維持会員>

個人	A年額	2,000円
	B	3,000円
	C	5,000円
	D	10,000円
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きますと幸いです。

## <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。

## 予告

### 第35回 岡山自殺予防公開講演会 「こころの健康と音楽」

日時：10月23日（日）  
会場：ピュアリティまきび  
講師：岸本寿男氏  
（岡山県健康づくり財団附属診療所副所長）  
定員：100名  
参加費：500円  
\*事前申し込みを実行委員会まで。

### 岡山いのちの電話市民公開講座 「こころの力」

- ①8月14日（日）13：00～16：00  
会場：ピュアリティまきび  
映画上映「プリズンサークル」  
定員：100名
- ②9月11日（日）14：00～16：00  
会場：ピュアリティまきび  
講師：直島克樹氏（川崎医療福祉大学講師）  
「子どもたちの生きるを支える地域づくり」  
定員：100名  
\*入場無料。事前申し込みを事務局まで。

### 「幸せの黄色い レシートキャンペーン」

2021年度分としてイオン48,400円、マルナカ82,300円のギフトカードをいただきました。トイレットペーパーやお茶などの日用品、環境整備に使わせていただきます。ご協力ありがとうございました。

### 赤い羽根共同募金 「地域ささえあいプロジェクト」に ご協力ありがとうございました。

2022年1月3日～2022年2月28日の取り組みでは、皆様から903,315円のお振込みがあり、5月に1,010,000円の助成金をいただくことができました。ありがとうございます。  
いっそう力を尽くしたいと思います。

### いのちの大切さを発信します

講師派遣をご依頼ください。  
ゲートキーパー研修、人権教育、いのちの授業に「岡山いのちの電話」が講師を派遣します。  
お問い合わせは事務局まで。

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 <https://www.okayama-inochi.jp>



共同募金ささえあいプロジェクトの助成金をいただいています。