

あおもりのいのちの電話 VOL31

— 「静寂」の部屋 —

特定非営利活動法人あおもりのいのちの電話

理事長 石川 徹一

今日、この忙しく騒がしい時代に、何よりも必要なものは「静寂」のように思われます。静寂なしに、わたしたちの内面が癒されることはできません。自らの内面に目を注いでも、静寂さの失われる中に混乱が生じることがわかります。

「もし、わたしが医者であり、患者に助言するならば『沈黙を創れ』と言うだろう」とキルケゴールが言った言葉は有名です。タゴールは「あなたの魂を沈黙の中に泳がせなさい」と沈黙へと招待しています。わたしたちはしばしば、この世界の騒音によって魂が塞がれ、息をつくことができなくなることがあります。そのわたしたちの魂にとって必要なのは、静寂という薬です。わたしたちはいつも、騒がしい考えと映像に取り囲まれる傾向があります。それがなければ生きていけないかのような錯覚に脅かされ、魂の汚染に気づくことなく日々を過ごしています。

わたしたちは、自らの深い思いも、誰かがわたしに語りかける思いも、騒音にかき消され聴こえなくなってしまっています。そんな現代においては、ただ静寂のみが、真実と触れ合うことができる場所なのではないでしょうか。「静寂」という沈黙は、自分から、他者から、世界からの声を聴くために最も必要な器なのです。

より大きな刺激、より大きな声へと向う日々よりしばし退き、繊細で静かな刺激と声を受け止めるために、わたしたちは静まり、落ち着き、休むことが必要です。母親たちが空腹の赤ん坊に乳を与え泣き止ませるように、わたしたちも騒々しい考えや心をかき乱す願いや要求を沈黙させるのです。どんな考えも、感情も、願望も、欲求も入ってくることの出来ない「静寂」の空間の存在を信じることです。

「わたし」は自らの内にある確かな「静寂」の場所を信じることから始めましょう。「ないこと」を嘆くことからは何も始まりません。「あること」を信じるのが始まりです。「聴く」存在としての、「いのちの電話」は、確かな静寂を内に持つわたしが、静寂を自らの内に持つコーラーと静かに向かい合うところです。そのような安らぎと「静寂」の部屋であることが出来たらと願っています。

わたしたちが人と関わる時、多くのお互いの欲求に翻弄されます。「いのちの電話」も決して例外ではありません。この愚かで不愉快なからくりから解放されるためには、混乱へと容易に傾斜しがちな日常の生活で、聞き、用い、蓄積された多くの言葉と、決まって感じる不愉快な結末に深く別れを告げる決心をすることです。

わたしたちは他の人が押しつけようとするすべてを、不愉快なものと感じるように、他の人々も（コーラーも）、わたしたちが押し付けるすべてを不愉快に感じるのです。握っているものを、握っていたいものを、手放す場所が「静寂」の部屋です。あなたが損なわれることのない、人をも損なうことのない、安らぎの部屋を内にもつことを深い魂の願いとして持つことです。そのためには、感情がどんなにひどく変動しても、信じ続ける陽気さを内に持つことです。

今日の喧騒によって、侵食されることのない部屋として「いのちの電話」は存在したいものです。今、そのことにおいて不十分であったとしても、「静寂」の豊かさに向って歩み続けている「いのちの電話」と「わたしたち」が確かにここにいるのです。この時代のオアシスとして共に歩み続けていきたいとの祈りをもって。

◇2008年度事業報告

- I. 電話相談事業
 ・受付時間 12:00～21:00 年中無休
 ・電話機 2台
- II. 相談員養成・研修事業
 (1) 第15期生相談員養成
 ・養成講座第1課程を公開講座として開催
 5月10日～7月5日(毎週土曜日)
 ・相談員希望者の面接 7月12日
 希望者 8名
 ・第2課程(人間関係基礎訓練)
 9月6日, 20日, 27日, 10月4日
 受講者7名
 ・宿泊研修 9月14日～15日
 ・第3課程(カウンセリングの理論と実際)
 11月1日, 8日, 29日, 12月6日
 受講者7名
 ・第4課程(ロールプレイング)
 1月31日, 2月14日, 21日, 28日, 3月7日
 3月14日, 28日
 受講者 7名
- (2) 相談員研修
 ・全体研修会 I 4月19日
 ・全体研修会 II 8月30日
 ・1泊研修会 11月22日～23日
 講師 福山清蔵氏
 ・継続研修会 毎月1回開催
 ・ボランティアリーダー研修 11月23日
 講師 福山清蔵氏
- III. 普及・広報事業
 ・機関紙「あおもりのちの電話」
 vol. 29, 30発行
 ・周知用ポスター、ミニカード配布
 ・自殺予防講演会 11月15日
 講師 野宮富子氏
 講師 小山真貴子氏
 講師 石川敏一氏
 ・弘前市カルチャロード出展 9月14日
 ・チャリティーコンサート開催 10月26日
 「ヨーコ・トリヤベコンサート」
 会場 スペースデネガ(弘前市)
- IV. 会務運営
 (1) 諸会議の開催
 ・理事会 4回
 ・研修委員会 12回
 ・広報委員会 5回

- (2) 連盟関係諸会議の参加
 ・連盟総会 6月6日
 ・東日本研修担当者会議(地震により中止)
 ・事務局長会議 9月19日～20日
 ・自殺予防シンポジウム 7月12日
 ・相談員全国研修会 10月16日～18日
- V. 厚生労働省補助事業
 ・フリーダイヤルの実施
 9月10日より毎月10日(12:00～21:00)

◇2009年度事業計画

- I. 電話相談事業
 ・受付時間 12:00～21:00 年中無休
 ・電話機 2台
- II. 相談員養成・研修事業
 (1) 第16期生相談員養成
 ・養成講座第1課程
 カウンセリング講座として開催
 5月22日～7月10日(毎週金曜日)
 ・相談員希望者の面接(7月17日)
 ・第2課程(人間関係基礎訓練)
 ・宿泊研修 9月26日～27日
 ・第3課程(カウンセリングの理論と実際)
 ・第4課程(ロールプレイング)
- (2) 相談員研修
 ・全体研修会5月16日, 8月29日
 ・1泊研修会 7月19日～20日
 ・継続研修会 毎月1回開催
 ・スキルアップ研修会 6回
- III. 普及・広報事業
 ・機関紙「あおもりのちの電話」発行
 ・周知用ポスター、ミニカード配布
 ・チャリティーコンサート開催
 ・弘前市カルチャロード出展
- IV. 会務運営
 (1) 諸会議の開催
 ・理事会 ・研修委員会
 ・広報委員会
- (2) 連盟関係諸会議の参加
 ・連盟総会
 ・事務局長会議
 ・東日本研修担当者セミナー
 ・相談員全国研修会
- V. 厚生労働省補助事業
 ・フリーダイヤルの実施
 毎月10日実施(12:00～21:00)
 ・自殺予防講演会

[2008年度決算・2009年度予算]

(収入の部)

科 目	08年度決算	09年度予算
1. 会費収入		
1) 正会員費	430,000	540,000
2) 賛助会員費	2,425,329	2,680,000
2. 事業収入		
1) 受講料	642,500	650,000
3. 寄付金	340,000	300,000
4. 補助金	800,000	800,000
5. 配分金	200,000	160,000
6. 雑収入	31,196	17,397
小 計	4,869,025	5,147,397
7. 前年度繰越金	63,901	52,603
収入合計	4,932,926	5,200,000

(支出の部)

科 目	08年度決算	09年度予算
1. 事業費		
1) 電話相談業務事業費	2,428,603	2,500,000
2) 相談員養成・研修事業費	1,458,593	1,500,000
3) 活動普及啓発事業費	217,814	300,000
2. 管理費	654,313	650,000
3. 分担金	121,000	120,000
4. 予備費	0	50,000
小 計	4,880,323	5,120,000
5. 次年度繰越金	52,603	80,000
支出合計	4,932,926	5,200,000

(単位: 円)

電話相談状況

1. 電話相談員（2009年4月1日現在）

実働相談員 50名（男4名、女46名） 休務者（男0名、女9名）

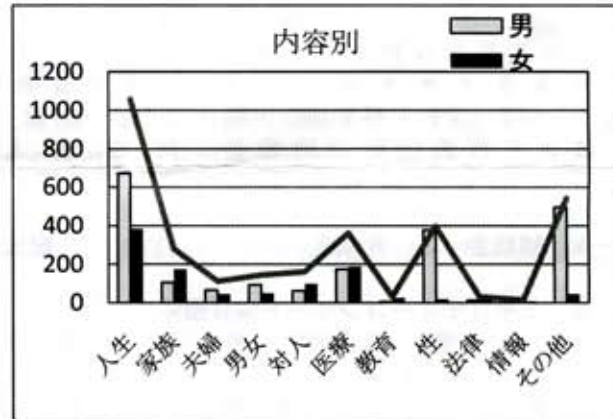
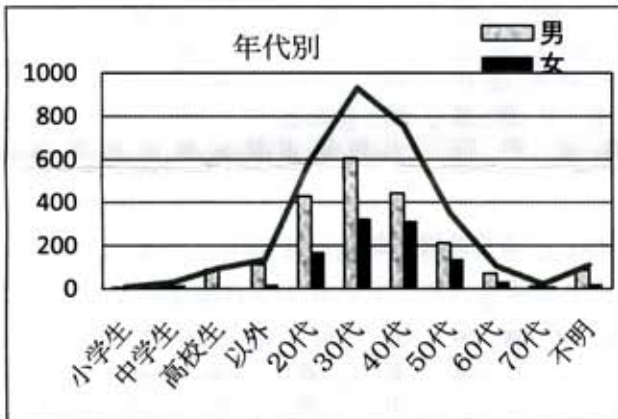
2. 電話受付体制

相談時間12：00～21：00の毎日（毎月10日はフリーダイヤル自殺予防）

3. 年間受信状況（2008年1月1日～12月31日）

総受信数 3,130件（男 2,074件、女 1,056件）

1) 年代別、相談内容別内訳



4. 1995年開局からの総受信数 33,794件（男22,105件 女11,689件）