認定特定非営利活動法人 三重いのちの電話協会　No.43 / 2013/ 8/ 1

三重いのちの電話

目　次

頁
1　巻頭言「飲酒と命」
2　近況報告･活動予定
3　会費･寄付感謝報告等
4　電話相談状況
　　ナビダイヤルのご案内

飲 酒 と 命

三重いのちの電話協会理事・スーパーバイザー
三重かすみがうらクリニック副院長・アル法ネット副代表
精神科専門医　　猪 野　亜 朗

ある日、副理事長の珍道世直様の来訪を受けた。来訪の申し出を受けた時、「予感」がしたが、予感通り「理事を」とのこと。「いのちの電話」は私の患者様を数多く救ってくれたという思いとアルコール健康障害対策基本法制定へのご協力への感謝の思いがあり、「恩返し」をしなければと、理事を引き受けるという大それたことをしてしまった。

「大それた」というのは、私は臨床現場で自殺志向の患者様を支えることの大変さを十二分に知っていて、「これ以上は無理」という思いがあったのに、「これ以上」をやってしまったからである。

やってしまってから考えた。「いのちの電話」は電話を受ける人だけでなく、それを支え支援している人がいて、両者がかみ合って初めて機能するはず、後者なら私にも出来るはずと自分を納得させている。

ところで、私は40年以上アルコールの患者様を診てきた。不適切な飲酒は身体の健康問題だけではなく、アルコール依存症、うつ病、自殺、家族崩壊、飲酒運転など多くの関連問題を生じ、まさに「百厄の長」。

中でも、脳がアルコールにハイジャックされ、酒との自由な付き合いができなくなると、大変である。多くの人は、ハイジャック犯に支配されていると気付かないため、命を落とすところまで深刻化していく。

家族から見放され、生きる希望を見失い、さらに酒にハマっていく人々の自殺や孤独死。

酩酊による脳の情動制御･思考機能の低下は、家族への暴言、暴力、虐待、自殺行動も引き寄せてしまう。

そして、家族の心を失う。

飲酒者は家族の心との再会を願うが、果たせないまま希望を失い、自暴自棄となりやすい。

自殺は予期せぬ形で遭遇することもあり、私のトラウマも大きかった。治療者としての無力感･自責感･喪失感。その事が、私をアルコール医療に駆り立て、死の谷に落ちることを防ぐネットワーク作りに駆り立てた。アルコール健康障害対策基本法制定を願う気持ちはその流れの中にある。

一方で、肝硬変やアルコール依存症の患者が酒を止められずに命を落とす。命に関わると分かっていて飲んで命を落とす。このような患者様は極めて多い。「慢性自殺」である。生きることへの不安を打ち消すために飲む。飲むことは臓器や家族関係を悪化させ、生を打ち消し、死を引き寄せる。

家族関係が断絶すると、幾ら働きかけても会ってくれなかった家族が本人が命を落とした段階で、初めて家族と再会する。それだけ家族の心の傷が深い。飲酒問題のリスクを抱えた関係を恐れていたであろうから、責めることは出来ない。

死しても、家族が登場しない場合もある。一方、死によって家族が登場することもある。こんな場合、私に救いの気持ちを与えてくれる。

家族や愛する人との心の出会いは、自殺や慢性自殺を防止する。

生を選んで欲しいと「願う人」との出会いは、死を考える人の救いとなり、希望となる。死して悼む人の存在は、せめてもの救いであるが、生の中で繋がる出会いであって欲しい。それを生の中で実現しようするのが「いのちの電話」の活動であろう。いのちの電話との出会いの延長上に、家族との出会い、愛する者との心の出会いがあって欲しい。生きていればこそ、その道は開かれる。

ひとりで悩まないで、こころの苦しみを、お話しください。

自殺予防 三重いのちの電話

相談電話	059－221－2525	相談時間	毎日18時～23時
ナビダイヤル	0570－783－556		毎日10時～22時
フリーダイヤル	0120－738－556		毎月10日8時～11日8時

三重いのちの電話 近況ご報告

◆＜平成 25 年春の叙勲＞

田中　彌（わたる）氏　瑞宝双光章　受章

平成25年春の叙勲受章者が、4月23日閣議決定され、4月29日発令されました。
当協会理事　田中　彌氏が教育功労者（元 公立中学校長）として瑞宝双光章を受章されました。誠におめでとうございます。

◆ボランティア電話相談員８期生養成講座閉講

平成 24 年 4 月から続けられてきた８期生養成講座が、本年 4 月 20 日（土）閉講し、16 名に修了証が交付されました。うち 14 名が仮認定され、5 月～ 8 月まで電話相談実習を実施し、9 月 28 日（土）認定式が行われる予定。

◆認定相談員の継続研修

電話相談の質を高める為、今後も８グループに分け、隔月にスーパーバイザーによる研修を実施します。
また、全相談員の合同研修として、さる 6 月 22 日（土）23（日）津市芸濃町で一泊研修が行われ、飯田正司理事・スーパーバイザーによる「福祉に関わって見たこと、感じたこと」、久保早百合スーパーバイザーによる「サイコドラマ　守護天使」のワーク等が行われました。

◆「夢をかたちにするまちづくり―新しい公共のヒント集」への事例掲載

特定非営利活動法人みえ NPO ネットワークセンターでは、三重県からの委託を受け「新しい公共推進指針」策定事業を実施しているが、その中で、「夢をかたちにするまちづくり―新しい公共のヒント集」をまとめることが決定され、県内の優れた事例 86 件が紹介されました。

当協会が『市民活動団体の力量を高める』ヒント「ボランティアで支援する」項目の中で“ボランティアが支える「いのちの電話」”として紹介されました。掲載冊子が 6 月 4 日、三重県環境生活部男女共同参画・NPO 課から贈呈されました。

◆「フレンテまつり２０１３」への参加

フレンテまつり登録団体による「フレンテまつり」が今年も 6 月 7 日（金）8 日（土）三重県男女共同参画センター「フレンテみえ」内各施設で行われ、当協会も自殺予防いのちの電話の啓発パネルの掲出やフリーマーケットを出店しました。協力者延 48 名、来場者 1,700 名、売上収益金 78,140 円。
また、フレンテみえ団体登録更新手続きを行いました。

◆平成 25 年度三重県地域自殺対策緊急強化事業補助金の交付決定

25 年度も県補助金の交付を受けるため、①相談室借上げ事業　②ニュースレター印刷発行事業③三つ折りパンフッレト作成事業について申請していた処、このたび合計 991,000 円の交付決定を受けました。安定した相談活動の支えを得て、自殺予防啓発活動を行って参ります。

◆三重県精神保健福祉協議会助成金交付決定

自殺予防啓発カード作成事業について助成を申請いたしました処、平成 25 年 6 月 12 日 10 万円の交付が決定されました。当協議会のご支援に感謝いたします。

◆日本いのちの電話連盟　樋口理事長退任

14 年間の永きに亘り“いのちの電話”のために尽力された理事長　樋口和彦氏（京都いのちの電話理事長）が病気療養の為退任されることになりました。後任理事長に、千葉いのちの電話協会理事長　日下忠文氏が選任されました。

◆「アルコール健康障害対策基本法制定を願う集い」への参加

アルコール関連問題基本法推進ネット（アル法ネット）外共同主催により、5 月 11 日　東建ホール（名古屋市）で開催されました。

行政・医療・断酒会関係者及び一般 428 名（内当会から 5 名）が参加し、法制定を願う熱気の集いとなりました。

アル法ネット副代表　猪野亜朗先生が、「基本法はアルコール対策を変える」との開会挨拶をされ、当協会珍道副理事長が「自殺をなくすため基本法を！」と呼びかけました。

◆久居ロータリークラブでの卓話

平成 25 年 6 月 17 日、久居グリーンホテルで鈴木理事長が「三重いのちの電話について」卓話いたしました。

これからの活動予定

◆世界自殺予防デーに街頭啓発

平成 25 年 9 月 10 日、世界自殺予防デー（自殺予防週間初日）に、三重県健康づくり課、津保健所等と協働で、津駅・津新町・中川・松阪駅等で早朝街頭啓発を行います。

◆県民健康の日「ワンコインチャリティーコンサート」会場で啓発活動

三重県文化会館・三重県健康福祉部・ＦＭ三重主催で 9 月 10 日開催。このコンサートの収益は、県内で自殺予防活動をする民間団体への助成に当てられており、「三重いのちの電話」も多額の御支援を得ています。会場でパネル展示や三つ折りパンフレットを配布して自殺予防を呼びかけます。

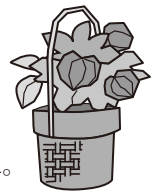
◆第 31 回いのちの電話相談員全国研修会おおさか大会

「わすれてへんで、あんたのこと～みんな誰かの大切な人～」をテーマに、平成 25 年 10 月 25 日（金）～ 27 日（日）まで、大阪で開催されます。基調講演・分科会（15 講座）・ワークショップ（9 講座）等が行われます。

当協会から相談員 23 名が参加予定

会費・寄付感謝報告

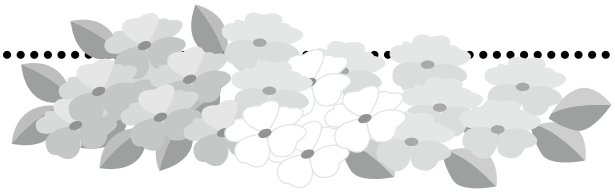
（ニュースレター42号掲載後～ H25/6/15）
順不同・敬称略



日頃のご支援ありがとうございます。下記の方々から、三重いのちの電話協会に温かい財政援助をいただきました。
ご厚志は電話相談活動の貴重な資金として使わせていただきます。心から感謝申し上げ、ご報告いたします。
電話相談活動を発展させるため、これからもご理解ご協力くださいますよう、よろしくお願い申し上げます。

三重いのちの電話協会理事長　鈴木　秀昭

正会員・賛助会員の皆様、ご寄付をいただいた皆様のお名前は
ニュースレター43号紙面に掲載させていただいております。



◆「三重いのちの電話を支える会代表平松照子様」への感謝状の贈呈

「三重いのちの電話」を資金的に支えることを目的に、平成 13 年以来今日まで毎年、フリーマーケット常設店や津まつり・フレンテまつり等で出店された多額の収益金を寄贈いただいて参りました。この度諸事情によりフリーマーケット常設店を閉店されることになりましたが深く感謝の意を表する為「感謝状」を贈呈させていただくことを理事会で決定し、平成 25 年 5 月 18 日（総会開催日）贈呈いたしました。

関係者の皆様の長年の御支援を心から感謝いたします。

◆「イオン幸せの黄色いレシートキャンペーン」団体登録継続申込みとギフトカードの授与

＜イオンリテール㈱イオン久居店＞

「平成 25 年 3 月～ 26 年 2 月キャンペーン」団体登録

平成 24 年下期（24 年 9 月～ 25 年 2 月）キャンペーンの当協会投函金額 1,287,491 円　1％相当額 12,900 円のイオンギフトカードが平成 25 年 4 月 24 日授与されました。

＜マックスバリュ中部㈱＞

「平成 25 年 4 月～ 25 年 9 月キャンペーン」団体登録

平成 24 年下期（24 年 10 月～ 25 年 3 月）キャンペーンの当協会投函金額 337,449 円　1％相当額 3,600 円のイオンギフトカードが、平成 25 年 5 月 10 日授与されました。

【郵便振替口座番号】00810―4―50997【銀行振込口座番号】百五銀行　本店営業部　（普）992998
【口座名義】特定非営利活動法人 三重いのちの電話協会[会費]正会員：年額一口 1万円 賛助会員：年額一口3千円
【寄付】特に額を定めません＊会費、寄付の区分のない場合は金額にて、会員登録させていただきます。ご了承ください。

2013年1月～6月までの電話相談受信状況（相談時間18:00～23:00）

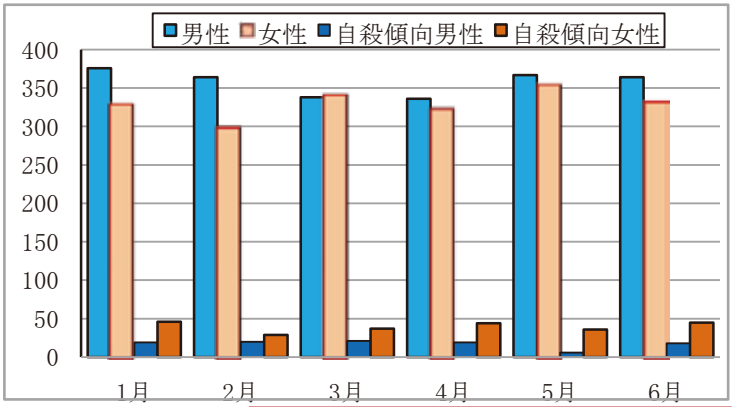
開局(2001年5月13日)～2013年6月までの総相談件数は 82,768件（男性47,876、女性34,892)です。
フリーダイヤルによる電話相談含む 85,698件（男性49,552、女性36,146）です。

1. 月別・男女別件数

	1月	2月	3月	4月	5月	6月	合計
男性	376	364	338	336	367	364	2145
女性	330	299	342	323	355	333	1982
合計	706	663	680	659	722	697	4127

自殺傾向（死にたい気持ちの訴え）件数

	1月	2月	3月	4月	5月	6月	合計
男性	19	20	21	19	6	18	103
女性	46	29	37	44	36	45	237
合計	65	49	58	63	42	63	340
男 %	2.7%	3.0%	3.1%	2.9%	0.8%	2.6%	2.5%
女 %	6.5%	4.4%	5.4%	6.6%	5.0%	6.4%	5.7%
合 計	9.2%	7.4%	8.5%	9.5%	5.8%	9.0%	8.2%

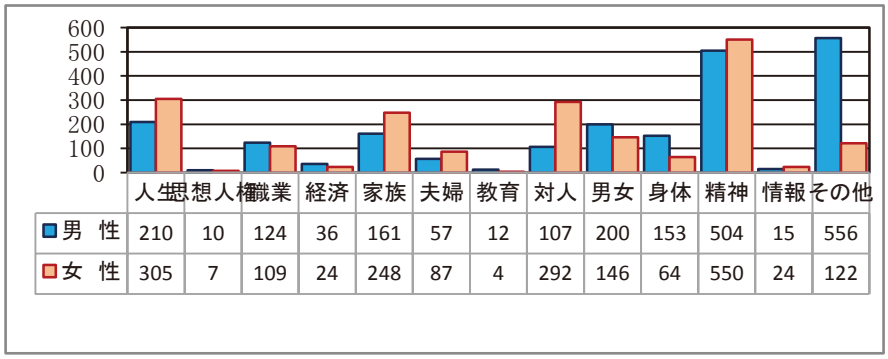


2. 年代別・男女別相談件数

	9才以下	10代	20代	30代	40代	50代	60代	70代以上	不明	合計
男 性	0	115	294	368	341	306	49	5	667	2145
女 性	0	46	153	334	372	343	253	86	395	1982
合 計	0	161	447	702	713	649	302	91	1062	4127

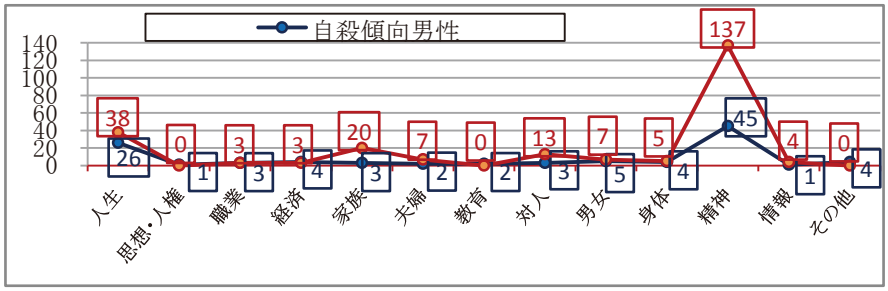
女性の40代、50代と中高年の方からの相談が多くなっている。一方男性の若者、高齢者の自殺が増えているが、電話相談にあまり多くつながっていない。
問題別では、精神疾患の辛さ、苦しみ、また人生の孤独、生き甲斐についての訴えが目立って多い。この様な悩みを抱えておられる方に自殺念慮が強く、少しでもお電話でお話しする事で、生きる希望を持って下さることを願っています。

3. 問題別・男女別相談件数

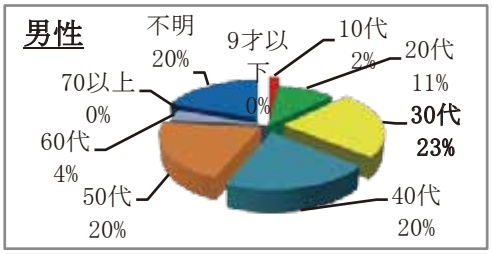


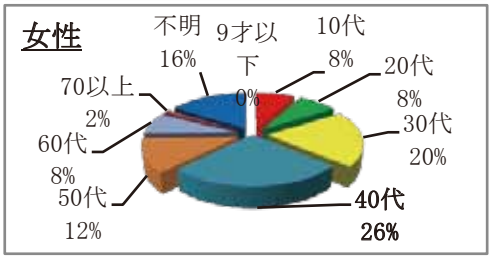
	人生	思想・人権	職業	経済	家族	夫婦	教育	対人	男女	身体	精神	情報	その他
男 性	210	10	124	36	161	57	12	107	200	153	504	15	556
女 性	305	7	109	24	248	87	4	292	146	64	550	24	122

4. 内容別・男女別自殺傾向（グラフ）



5. 年代別自殺傾向（グラフ）





ナビダイヤルでの電話相談について（ご案内）

このたび、日本いのちの電話連盟では、“利用者に対する利便の向上”と“いのちの相談電話の周知”のため、ナビダイヤル（有料）による全国統一電話番号を設置することになり、三重も参加することになりました。

- ナビダイヤル電話番号　0570－783－556
- 相談時間　毎日10時～22時

ナビダイヤルは、お近くのセンターが話し中の場合、順次遠方の空いているセンターへ送られます。

＜接続先案内ガイダンス＞
はい、いのちの電話です。　　只今おつなぎ致しますので、そのままお待ちください。
なお、最寄りのいのちの電話をご利用されたい方は、通常の番号へお掛け直しください。

＜事前料金通知ガイダンス＞
ナビダイヤルでおつなぎします。この通話は○○秒ごとに、およそ××円の通話料金でご利用いただけます。

認定特定非営利活動法人 三重いのちの電話協会　2013年8月 1日発行　　発行人 鈴木秀昭　　編集 広報委員会
事務局 〒514-8691 津中央郵便局私書箱25号 TEL・FAX　059-213-3975 HPアドレス　http://www.jona.or.jp/~mie-inochi/

認定特定非営利活動法人三重いのちの電話協会平成25年度総会報告

平成25年5月18日（土）10:00～12:00 三重県生涯学習センター　大研修室

当協会の平成25年度総会が、さる5月18日（土）三重県生涯学習センター大研修室で開催されました。
出席者166名（本人出席59名、委任状107名）のもと提出議題が審議され、全議題が原案どおり承認されました。
その概要を次のとおり報告いたします。（総会議案書抜粋）

1．平成24年度事業報告

・警察庁の自殺統計によると、平成24年の日本の自殺者数は27,858人で、平成10年以来15年ぶりに3万人を下回った。しかし、依然極めて厳しい事態にある。今後とも会員・相談員・スタッフが一致して一層その使命を果たして参りたい。
・日本いのちの電話連盟では、ナビダイヤルによる全国統一電話番号を設置することになり、本協会も参加することとした。
・平成24年度末　入金済会員（個人・団体）正会員129、賛助会員180、計309会員。正会員・賛助会員とも減少傾向にあり、今後も会員拡大の努力を続けていく必要がある。
・本協会の事業会計については、本年度も県及び団体・個人からの助成金・寄付金によって、計画どおり運営することができた。

（県補助金273万7千円、 県文化振興事業団38万4千円、 県精神保健福祉協議会10万円、東海・経営とこころの会10万円、国際ソロプチミスト三重60万円、日本いのちの電話連盟19万円、三重いのちの電話を支える会13万円、岡紀子様10万円、匿名の方30万円、他多数）

挨拶する鈴木理事長

◆ボランティア電話相談員による電話相談活動

・三重いのちの電話相談員正式認定者160名の内、62名が交替で毎日18時～23時迄電話相談の実務についた。
電話相談受信状況は、年間8,188件、月平均682件(相談員数延2,194名が対応)。平成13年5月13日開局～平成25年3月31日迄の総数は80,690件。
・日本いのちの電話連盟一斉フリーダイヤル「自殺予防いのちの電話」（毎月10日午前8時～11日午前8時、厚生労働省補助事業）に参加した。三重は23年10月から24時間実施。フリーダイヤルの受信件数年間669件。開局から2,762件。

◆養成研修

・第8期生ボランティア電話相談員の養成研修
三重県・三重県教育委員会等の後援を得て、平成24年4月から養成講座開講。（平成25年4月20日閉講。当初受講生19名、修了証書授与16名、仮認定14名）
・認定ボランティア電話相談員の継続研修（第1期生～第7期生対象）
グループ別研修はグループ毎に隔月年間5回、合同研修は13回、個別スーパービジョン各人1回ずつ実施。
・養成研修に係る“研修委員スタッフ研修”3回実施。
・第30回いのちの電話相談員全国研修会札幌大会、いのちの電話東海ブロック研修会参加他。

◆広報活動

・ニュースレター年3回「4月・9月・12月」発行、発行部数6000部及びホームページの充実。
・三重県から補助金を受け、いのちの電話を紹介する「三つ折パンフレット」1万5千部増刷、「自殺予防啓発カード」 1万枚作成、企業・団体会員等に配布。自殺予防啓発TVスポット放映事業実施（三重TV　30秒スポット動画、年間40本）
・報道機関各社へ報道依頼。
・世界自殺予防デー（9月10日）・自殺予防強化月間初日 （3月1日）に県と協働で早朝街頭啓発活動。
・県民健康の日（9月5日）「ワンコイン・チャリティーコンサート」で啓発活動。
・百五銀行のご協力により、県内135本支店・中勢地区郵便局長会のご協力により中勢地区内72局にニュースレター配置。
・三重県自殺対策情報センター・津市・尾鷲市・菰野町発行広報誌などへの相談電話番号等の掲載。
・サークルKサンクスのご協力により、県下220店舗に啓発用ステッカー掲示他。

◆講演会

・三重いのちの電話協会平成24年度総会記念講演会（平成24.5.26三重県生涯学習センター） みえ家族と心のケア相談室 杉野健二氏、テーマ「芸術療法」（絵画・コラージュ療法）から学ぶ「話の聞き方」
・三重いのちの電話自殺防止講演会（平成24.11.10　三重県尾鷲庁舎） 児童精神科医　清水將之氏、テーマ「災害と子どものいのち」

・平成24年度三重県自殺対策シンポジュウムへのシンポジストの派遣（平成25.3.10　三重県人権センター）　当協会鈴木理事長、テーマ「死にたい気持ちに寄り添い生きる支援へ」
・津北ロータリークラブ（平成24.5.24・平成25.3.7　津都ホテル）、　津ロータリークラブ（平成25.2.6　津都ホテル）例会での卓話　当協会鈴木理事長、テーマ「いのちの電話について」
・若者自殺予防研修会へのシンポジストの派遣（平成25.3.27　三重県こころの医療センター）　当協会珍道副理事長、テーマ「若者自殺予防―今、私たちにできること―」他

◆募金活動及び募金活動と連携した広報

・「フレンテまつり」への参加　（平成24．6．2～3　フレンテみえエントランス他）フリーマーケットへの出店等
・三重いのちの電話を支える会常設フリーマーケットへの協力とご支援
・イオン㈱ジャスコ久居店、マックスバリュー中部㈱港町店　幸せの黄色いレシートキャンペーン団体登録継続申込及び助成
・津まつりフリーマーケットへの出店（平成24．10．7、津お城公園内）
・風の街の文化祭への出店（平成24．10．28、鈴鹿ハンターセンターコート）他

◆日本いのちの電話連盟及び他団体行事等への参加

・日本いのちの電話連盟2012年度第1回定期総会出席　・日本いのちの電話連盟2012年度事務局長会議出席
・日本いのちの電話連盟主催第29回いのちの電話相談員全国研修会札幌大会参加
・平成24年度自殺対策推進部会　・三重県犯罪被害者連絡協議会平成24年度総会への参加
・第45回精神保健福祉三重県大会への参加、東海・経営と心の会「東海・こころの特別賞」授賞式への参加他

2．平成25年度事業計画

本協会の研修を受けたボランティア電話相談員が、相談者に対して電話を通して対話することにより、生きる勇気と希望をもたれるよう支援し、もって社会福祉の増進に寄与することを目的に次の事業を実施する。

・ボランティア電話相談員による電話相談を毎日18時～23時迄　365日休まず行う。
・フリーダイヤル「自殺予防いのちの電話」電話相談を、毎月10日午前8時～11日午前8時までの24時間　全国のセンターと一体となって実施する。
・第8期生ボランティア電話相談員の電話相談実習を実施し、9月に認定する。
・第1期生～7期生の継続研修を実施し、相談体制の充実を図る。
・ニュースレターの発行、ホームページの充実、パンフレット・カード等を作成・配布し、いのちの電話を周知する。
・講演会の開催、募金活動、会員の拡大、他団体との連携に努める。
・開局10周年余の経過を踏まえ、より充実した相談員研修・養成講座のあり方及び自主財源確保の方途について検討する。

3．「平成24年度会計収支決算報告」、「平成25年度収支予算」

（単位　円）

収入の部			支出の部		
科目	24年度決算	25年度予算	科目	24年度決算	25年度予算
会費	1,830,000	2,014,000	事業費	4,051,567	1,639,000
寄付金	1,986,740	2,000,000	管理費	3,760,621	3,690,000
助成金	3,511,300	1,091,000			
受講料収入	1,103,000	0			
雑収入	518,684	224,000			
合計	8,949,724	5,329,000	合計	7,812,188	5,329,000

（24年度決算）事業活動収支差額　1,137,536　次期繰越収支差額　6,010,057

4．役員の選任―次のとおり選任されました。

○印は新任　　50音順、敬称略

理事	○飯田正司	○猪野亜朗	今井富久翁	○大原多智子	鈴木秀昭
	田中　彌	田中善彦	谷口由美子	珍道世直	○西村昭彦
	野殿 照子	古庄憲之	山口 洋子		
監事	加藤謙一	杉山　勉		顧問	清水將之

・役員選任後、理事等の互選が行われ、理事長に鈴木秀昭氏、副理事長に珍道世直氏が選任されました。
・長年勤められた理事　西口　裕氏、杉野健二氏は退任されました。