

和歌山いのちの電話評議員
惣光寺住職

柳瀬智明

2019年12月初旬に、中国の武漢で新型コロナウイルスの感染者が報告されてから、丸三年以上たちます。それを機に世の中のしくみが大きく変わっていきました。社会機構はもちろんですが、個々の人間の生き方にも大きな影響を与えたと思います。

コロナ禍以前はコミュニケーション第一で人間関係を構築してきましたが、「三密」回避により、それも崩壊していきました。個人個人が孤立し、個々の悩みを相談することなく自殺した人もいます。また、重くのしかかる不安・喪失感から、引きこもってしまった人もいます。経済的困窮や人間関係の行き詰まりで悩んでおられる方もいます。列挙すればきりがありません。

私達は、これまで科学の力を駆使して、あらゆるものを明らかにしてきました。暗がりを照らし、見えないものを見えるようにして、地球の裏側での出来事まで事細かに把握できるようになりました。そしていつしか「分からないことはない。」と思い込んでしまったのです。

どんなに有能な科学の力でも明らかに出来ないことがあるものです。人間の抱える心の痛みは科学の力で拭うことができません。しかし人は過去への想いを抱きつつも、日常から離れてほんの少し心を解き放って過ごすことができます。いくら考えたって過去のことは変えられないにしろ、のんびり・ほどほどに、毎日を楽しく過ごす工夫をすればいいのです。

言葉には言霊^{ことだま}といって魂^{たましい}が宿るといいます。また、文字は消せるが言葉は消せない、ともいいます。曹洞宗の開祖道元^{どうげん ぜんじ}禅師さまは「愛語は愛心よりおこる、愛語よく廻天のちからあることを学すべきなり」

『正法眼蔵』（愛語とはたったひとことでその人の一生を変えてしまうほどの力がある。）といわれています。

暗いニュースが多い中で、今年開催された WBC の日本優勝は、普段野球を知らない人にも多くの感動を与えました。栗山英樹監督が選手を「信じて、任せて、感謝する」を大切にしたから、優勝へとつながったのです。

私達も、コーラー^{※1}の声をしっかり聴き、コミュニケーションを大事に、相手が絶対にできると信じてあげることが大切なのではないでしょうか。

※1：コーラー (caller) とは電話をかける人、発信者の事

こころの痛みを
話せる電話です



愛語に学ぶ



電話相談

073-424-5000

年中無休

10:00 ~ 22:00

自殺予防
フリーダイヤル

0120-783-556

通話料
無料

毎日 16:00 ~ 21:00

毎月 10 日 8:00 ~ 翌日 8:00

のんびり@図書館

「図書館へ遊びに行こーよ。」「遊びに?」「ん、そう。」マリカさんは時々、妙な提案をする。図書館って本を借りるだけちゃうの、あの静かな空間でどう遊ぶのか、と思いつつ、日曜日、図書館前で待ち合わせ。

何年ぶりだろう。思い起こせば、学生の頃、図書館が好きで、授業をサボって、足しげく通っていた。お気に入りの席があり、調べものに困らない自習スペースであり、妄想をふくらます秘密基地であった。しかし、スマホやパソコンを操作できるようになってから、行く機会を逸していた。

「お待ちせ〜。」今日も元気そうだ。入口を入ってまず目に飛び込んだのが、ショッピングモールのような広々とした空間。天井が高い。右手にはカフェがあり、ここで飲めよとばかりにテーブルが並び、コーヒー片手に読書するマダムが見える。近くの司書さんに聞くと、このフロアは蓋付き飲み物OK、しかも、おしゃべりOK。気兼ねなく絵本を読み聞かせできる環境を整えているとのこと。左手には、託児室と子ども用玩具スペースも見える。

マリカさんは「ここはイチオシの図書館なんだよう。」とキャラメルマキアートを飲み干し、「じゃ、あとでね。」と言い残してそそくさと階段を上っていく。一足遅れて、迷路のような絵本スペースを通り抜け、私も一般書フロアへと向かう。先ほどのフロアとは対照的に、人の声は聞こえない。代わりに、小鳥のさえずりや小川のせせらぎのBGMが耳に優しい。マリカさんは、椅子にちょこんと座り、ほかの来館者といっしょに、図書館の空気の中に溶け込んでいた。いま気づいたが、適度に来館者が居る空間は心地よい。(見知らぬ人ばかりなので)会話をするわけではなく、ただソーシャルディスタンスを保ちつつ、おのおの気ままに本を読み、作者と心を通わす。ぱらりと本をめくる音が心地よい。

ふと、我に返る。「きょう何を探しに来たのだけ?」市役所(役場)やコミュニティセンターのような、具体的な目的を持つ人が集まる場所では、考えられない忘れ物だ。「今日はどういったご用件で?」図書館では、そんな野暮ったい質問は無用である。ここには、何かしらの本を探しに来た、という暗黙の了解がある。もし、どの本を読むか決まっていなければ、書架を歩きながらジャケ借り※2すればよい。わからないことがあればカウンターで尋ねることができる。図書館の空気は、いつも、ゆったり、自由である。

開架コーナーを歩き、公共図書館の歴史について調べてみる。1950年代は『勉強部屋型』、1960年代からは貸出サービスを主体とした『貸出型』、その後、建物の大規模化に伴って視聴覚用ブースやカフェが設置され、現代の『滞在型』へと変遷してきた、とのこと。きっと、ここも滞在型図書館なのだろう。

館内ぶらり1周めぐってきたときには、マリカさんはウトウトとしていた。いくら滞在型でも、寝るのはどうかと……そういえば、映画館でもプラネタリウムでも、ぐうぐうと眠っていた。あの時は、イスの座り心地について語っていたが、果たして今日は、どんな話を聞かせてくれるだろうか。

本は人を選ばない。そして、図書館も人を選ばない。本に囲まれ、匿名の読書家に囲まれ過ごす、落ち着いた空間。そして、今日も穏やかな夢を見る人がある。(Y・H)

※2: ジャケ借りとは内容を知らず表紙の印象で本を借りること



私を支える3つの言葉

以前私は和歌山市語り部クラブに所属して、和歌山城、紀三井寺、和歌浦など語り部としてガイドしていました。10年以上前出会った方が忘れられません。その日お渡しした私の名刺を見てその夜一本の電話が飛び込んできました。

「私、死ぬのをやめました。何とか生きていきます。」

その朝、一の橋御門でその方と出会い一時間半程城内をご一緒しました。道中トツトツとご自分の事、ご家族の事など話され、私はほとんど聞かせていただくばかりでした。「とてもつらい毎日を過ごしていて、もう死んで楽になりたい。三段壁へ行って死のう。でもその前にもう一度和歌山城を見てから…」と来られたのでした。思いの丈を話されて、心が落ち着いたのでしょ、三段壁とは反対の電車に乗って帰られたそうです。いのちの電話の活動をさせていただいたおかげで少しはお役に立てたのでしょうか。

『あなたの笑顔 何より薬』

28年前のニュース和歌山のコラムの一節です。阪神・淡路大震災のあった翌月2月7日でした。私の座右の銘となり、切り抜きは大事に取り置いています。会うだけでホッとする顔、聞くだけでホッとする声、顔の見えないコーラー※1さんだからこそ、笑顔の声を届けられるよう、心がけています。

「ありがとう、元気でいてくれて…」

14年前には夫の手術、すぐに再手術、また身内にも事情が出来たりで休務させていただいたことも何度かありました。おかげさまで現在は夫共々平和に過ごさせていただいております。私自身は元より、周りの家族も心身ともに健康でいてくれてこそコーラーさんと平常心で向き合えるのではないかと思います。今日この頃です。

大事な“相棒”の耳に「もうそろそろだよ。」と言われるその日まで、今日私は電話の前に座ります。「はい、和歌山いのちの電話です。」ホッとしていただけるような笑顔の声で……。 (N・H)

祈り

相談員になる前は、相手の話を聞くより、大半は自分が話をし、典型的な問題解決型の頭でしたので、コーラーの方々からの電話を受ける前にまず、「語るべきことと語ってはいけないことを峻別できるように、解決案ではなくコーラーの痛み・悲しみ・苦しみなどをそのままひたすら聴き共感し寄り添えるように。」と祈るようにしています。

「寂しい、消え入りたい、生きる気力が出ない。」とかぼそい声で話し始めたコーラーの方が会話の終段になって「電話をしてよかった、ありがとうございました。」と気を持ち直し、望みを持たれたような力を感じる声を聞く時、慰められます。お互い、相手のことは分かりませんが、話が終わってからは、その方のことを覚え、守られるようと祈るばかりです。 (T・S)

ちいさなかいぶつさん





～思春期を考える本を 読んでみました～



『ぼくはイエローで
ホワイトで、
ちょっとブルー』
ブレイディみかこ作
新潮社

本書は、アイルランド人の父と日本人の母を持ち市のランキングトップの小学校から元底辺中学校へ通うことになった「ぼく」の中学校生活を綴ったエッセイである。

英国の教育事情、経済格差や人種差別などの問題が学生生活にも影響を及ぼしてゆく。個人間では対処のしようのない程の問題が起こる中、目を背けることなく問題に向き合い自分なりに答えを導き出す「ぼく」はなんと聡明なのだろう。

そういえば自分の中学生時代はどうだったかなあ、とぼんやり思い返してみた。当時の自分は、「自分は何者であるか」に酷く執着しており、しかしこれという答えを見つけられずにいた。そんな中で当時の自分が絞り出した答えは「所属するグループ内で居場所を確立すること」であっ

た。これが間違いだったと気づいたのは大人になってからで、凝り固まってしまった歪な自己認識を柔らかくするのに結構な時間がかかってしまった。

様々な友人関係や自分の力だけではどうしようもない問題が起きたとしても「ぼく」が目の前の出来事に彼自身の考えに従って彼らしく向き合い進んでいく姿を見てみると、もっと早くにこの本と出会えたかったなあと思う。当時の自分が読んでいたらきっと刺激を受けていたことだろう。歪な自己認識も少しはマシになっていたかもしれない。

今現在自分と同じように悩んでいる方はもちろん、かつて悩んでいた方にもお薦めの一冊です。ぜひ手に取ってみてくださいね。(O・T)



『子どもと悪』
河合隼雄著
岩波書店

臨床心理学に興味を持つ人で河合隼雄氏の名前を知らない人はいないと思います。2007年に79歳で亡くなるまで主にユング派の精神分析理論をもとに悩める人たちに関わり、多くの研究を残し、後進を育て、日本の臨床心理学をしっかりとしたものになりました。

一般向けの著書も沢山あります。この本もそうで、子どもの心が育つ上で悪の一面がどんなに重要なのか論じています。人格形成の上で「教師や親が悪を排除しようとしてよい子を作ろうと焦ると結局は大きな悪を引き寄せることになる」と。いじめ、盗み、暴力など子どもの世界に近いこととして解説されています。新しくなることは何かを破壊すること、自立のための破壊には危うさを伴います。

私は読んでいてはるか昔のことを思い出しました。ある日、クラス全員が放課後残り、若い男

性担任に談判したことがありました。やたら明るいだけの先生が不快で、ドロドロ黒い自分達を知って欲しかった中2でした。荒れた空気の中で「先生が嫌い」だけは一致したのです。先生は驚きつつも泣きながら向かい合ってくれました。この本では「悪魔のささやき」が度を越して取り返しのつかない悪事になる前に、向かい合う大人が自分もたどった道を思い出すことでどちらも救われる例が挙げられます。私の思い出も黒板の前に立つ先生の姿とともに残っています。

秘密をもたらしやすい「性」は大人にとって悪に捉えられがちで、いのちの電話でもそれも含めて人を受け止められるようにと学びますが、ここでは頭を切り離して体の問題を悩めなくなった少女たちのことも論じられます。今、思春期に入るのが早まっています。子どもを大切に守っていきたい思いが増しました。(K・K)

▶ せっかくかけて下さってもつながりにくい場合



まもろうよ ころ



<https://www.mhlw.go.jp/mamorouyokokoro/>

厚生労働省サイトよりいろいろな相談方法を知ることができます





(五十音順 敬称略)

はるか昔から続く紀の国

紀俊崇
和歌山のちの

和歌山のちの電話協会監事

電車はかまやま竈山駅を発車。一面に広がる田園風景と、

岡崎という駅名はこの辺りに広がる岡崎地区に由来するものですが、古くは岡前という字が使われていました。小高い岡の上に建てられた満願寺や岡崎御坊（鷲森別院岡崎支坊）の前に農村が開けたことからこの名がついたそうです。夏の盆踊りで親しまれている団七踊りも同地区の発祥と言われています。



そして八番目が貴志川線の主要駅となる伊太祈曽駅。三毛猫タマ駅長の四代目よんたま駅長も有名です。駅名の由来は勿論伊太祁曽神社ですが、神社がイタキノと読むのに対して駅名や地名はイダキノとなっています。駅舎から南に歩いて程なく、神社の大鳥居が見えてきます。

伊太祁曽神社の御祭神五十猛命は、いたけのあごと日本列島に播植をして国中を緑豊かな青山にされた木の神様として知られています。その後五十猛命が鎮座されたこの地は「木の国」と呼ばれるようになり、後に「紀の国」となるまでの古き国名であったことは、周知の通りです。当時の古い伝承についてはもう少しだけ掘り下げて、またの機会にご紹介したいと思います。

さて、このシリーズは三社参りの旅ということで今回の伊太祈曽駅で終わるつもりでしたが、やはり終点貴志駅まで行かないと何だか落ち着きませんね。ということで、続編にてもう一回だけお付き合いたいただければと思います。次回は九番目の停車駅「山東」駅に向けて出発します。

あしあと

2023年2月～

2023年

2/4・2/5 37期生認定審査

3/5 和歌山市自殺予防街頭啓発活動に協力
(イズミヤ玄関)

3/25 37期生認定式 17名が認定
周年表彰 20年・15年・10年 合計8名
そのあとの座談会に47名参加

4/1 38期生 準相談員として活動開始

4/8 「花と名曲 いのち奏でるコンサート」に協力

5/20 39期養成講座 受講生26名で開講
「いのちの電話の歴史と使命」安田一之先生



5/27 OB会員初顔合わせ

ここには肩書無しに頑張っている人がいる、
私にとって居心地よいところです。
これからも何やかでつながってたいです。
人手がいるとき役立ちたいので呼んで下さい。
OBのYさん夫妻

7/8 荷下ろし会

7/30 事例勉強会

これから

2023年

9月 ● 38期生個人スーパービジョン

10月 ● 全体研修「さまざまな相談に向き合う」
加藤和子先生(臨床心理士)

11月 ● 39期生適性面接
全体研修「相談員の癒し」
上野和久先生(臨床心理士)

12月 ● 39期生現場実習開始

2024年

1月 ● 全体研修

2月 ● 38期生認定審査

3月 ● 40期養成講座募集開始

5月 ● 40期養成講座開講予定

あなたは
ひとりぼっちではありません
私たちとお話しませんか



運営にかかわる資金の一つとして多くの皆様のご支援をお待ちしています。

個人支援会員	年間1口	3000円
法人支援会員	年間1口	10000円

振込先	郵便振替	00940-9-106933	和歌山いのちの電話協会
	紀陽銀行	本店 普通 732389	社会福祉法人 和歌山いのちの電話協会

(何口でも結構です。お気持ちをお願いします。)

頂いた寄付金は税制上の優遇措置の対象となります。

支援者のお名前は広報誌に感謝報告として掲載させていただき、講演会の案内なども送付させていただきます。

編集後記

私は図書館に行ったことが少なかったのですが、皆さんの話を聞いて、図書館には学びの場があると思いました。「ご主人預かります」のような看板が目につくようになりました。図書館はあなたを預かりますと言ってくれていて、みんな集えるいい空間だと思いました。(T・K)

社会福祉法人 和歌山いのちの電話協会

- 事務局 〒640-8137 和歌山市吹上5-2-15
- TEL 073-425-3261
- 発行責任者 理事長 加藤和子
- 編集 広報誌作成チーム