

# 奈良 いのちの電話

2025  
新年  
第399号

特集 “さまざまな声に出会って”

～ partIV 「家族」～

社会福祉法人 奈良いのちの電話協会

事務局/〒631-0816 奈良市西大寺本町8-27



TEL : 0742-35-0500

FAX : 0742-35-0533

e-mail : nid@nara-inochi.jp



癌封じ笹酒祭り

初春まづ酒に梅売る匂ひかな

芭蕉

大安寺の光仁会（1月23日）

## 風鐸



新年あけましておめでとうございます。世界中の人々が平和に暮らせる世を願わずにはいられません。

Happy New Year! 皆様がハッピーになれる世の中は、なかなか難しいのが世界情勢のようです。さて、我々にとって、「幸せ」を感じることの大小は、さまざまです。自宅に帰り迎えてくれる愛犬の姿で、一日の疲れが吹き飛ぶことも大きな幸せなのかもしれません。病気でなく元気であることが健康である定義ですが、60代も半ばに差し掛

かると一つや二つ持病もあり、病院へ通うことの抵抗は、どんどん薄れてくるのは私だけでしょうか。待合室で同級生とバツリ。互いに健康を確認し合っている今日この頃です。定年を迎え地域の方々に頼まれ、小中学校や地域の福祉活動に参加するようになりました。「寄り添い、励ましてあげられる関係でありたい気持ち」が芽生えてきました。様々な活動に参加して、改めて心が健康であることの大切さを感じております。

ただ、一言で「心に寄り添える関係」って、なかなか難しいです。心を閉ざしている若者や高齢者も、どの世代の人も「コミュニケーション」が、社会やご近

所、家庭内での生き辛さになってきているようにも思えます。はて？と思わずにいられない会話や対応に戸惑ってしまいます。私なりに、外へ出掛けること、そして人と話すことで気持ちが変わっていくと考えますが、人の心を動かすことは難しいです。地域や職場が、互いにコミュニケーションをとりながら一緒にわくわくしたりドキドキできる人間関係を目指し、互いに心と体の健康づくりに、取り組むことの出来る社会に、何か一つお役に立てればと活動しています。

皆さんが心身健康で「幸せ」な一年でありますよう心から願います。（勝）

奈良いのちの電話設立45周年特集

“さまざまな声に出会って”

～ part IV 「家族」～



「奈良いのちの電話」が設立されて45年になります。電話を通して相談者さんの様々な気持ちをお聴きしてきました。相談員がその思いをつづったコラムが広報誌に登場したのは1982年（昭和57年）4月号からでした。

その後40余年電話相談を継続する中で、広報誌コラムの「相談の窓口から」（～2001年4月まで）と「相談の現場から」（2001年7月号～現在）に掲載された様々な相談を振り返ります。特集記事としては「経済・貧困」「こころ・からだ」「人間関係」「家族」の4つのテーマに分けてお送りします。今回は part IV 「家族」について取り上げます。前回の「人間関係」と同じく、時代を反映するキーワード、流行語の区分がうまく当てはまらないテーマなので、家族の場面を夫婦・DV、介護・看護、死別、子育て、家族のカタチに区分して相談事例を抽出しています。

年表 キーワード

|     | 45年の流れ   | 流行語 社会   |
|-----|--|--|
| 第一群 | 設立から15年(1979年～1994年)<br>自殺者数平均21,938人                      | ウサギ小屋 粗大ごみ 檜山節考 くない族<br>亭主元気で留守がいい DINKS 成田離婚<br>3高 一卵性母娘 仮面夫婦 マスオさん現象 |
| 第二群 | 設立から30年(～2009年)<br>自殺者数平均28,805人<br>平成10年からは14年間連続で3万人を超える | 超高齢社会 夫婦別姓 共依存<br>アダルトチルドレン ジョチュー DV<br>スローライフ 自己責任 格差社会<br>赤ちゃんポスト    |
| 第三群 | 設立から45年(～2024年)<br>精神疾患の患者数419万人(2022年)                    | イクメン 無縁社会 終活 保育園落ちた死ね<br>ジェンダー平等 宗教2世 8050問題<br>介護離職 親ガチャ 毒親 同性婚       |

夫婦・DV

①**暴力、不倫する夫から別れられない** H8. 40代  
結婚して間もなく暴力が始まりました。浮気も私が知らなかっただけで随分前からだと思います。離婚も考えたんですけど、子どもたちや実家のことを考えるととても…。実家はうつ病の兄と看病する母がいます。実家に帰れないのを知って、暴力をふるい浮気してるんです。小6の下の子が高校を卒業したら、私一人が辛抱すればいいのかなって思ってます。別れて子どもを育てるのは難しいから。

②**主人の暴力に疲れました** H10. 40代  
主人がちょっとしたことで、すぐに爆発してわたしを殴るんです。昨日も暴れて、娘が包丁を持ち出して主人に向かい私は止めに入って12針縫うけがをしました。外では「真面目で仕事熱心な人」とされていますけど家では…。

こんなこと恥ずかしくて人に言えんし、親にも心配かけたく無いから言えません。私さえ我慢したらええんやから、主人を怒らさんように顔色をいつもうかがっています。

③**地獄のような日々** H12. 60代  
結婚して40年。夫とは気が合わず、ほとんど会話のない暮らしでした。経済的に恵まれ一人娘も良いところに嫁ぎ孫も立派に成長しましたが、実は寂しい、辛い生活の連続でした。夫は口をきかないだけでなく、気に入らない時は暴力をふるいました。2年前に仕事を辞めてからは側にいるだけで神経がピリピリします。

私はずっと誰にも愚痴をこぼさず、耐えることが美德とされた古い日本の女の生き方を、親から受け継いで忠実に守ってきました。

看護・介護

④**寝たきりの姑を素直に介護できない** H6. 40代  
私、お母さんが好きになれないんです。新婚の時にお母さんが家に来て、ダンスや押し入れを黙って開けて「汚い」と言ったんです。私、料理は下手だし子育てや、夫の世話も十分にできてないのでこの家では私は必要とされていないのかと思います。

そんなお母さんが寝たきりになっても、それまでの仕打ちを考えると素直にお世話する気になれないんです。

⑤**母親の介護と兄妹の軋轢に悩む** H8. 40代  
母が心臓病で入退院を繰り返しています。私は長女ですが独身です。母は私を一人の人間として扱うのではなく、すべて自分の思い通りになる道具のように扱ってきました。私も母のためと思って頑張ってきたんですが、このごろ母のことが重荷になってきたんです。疲れしました。兄や妹からは独り身の私はのけ者です。煩わしいことばかり耳に入ってきます。相続のことや母の介護を考えるとしんどいです。

⑥**姉も父も自分勝手** H11. 20代  
母が数年前から体調不良で家事ができなくなり、姉が結婚してからうつが加わって…。

母の調子が悪くなったので就職して1年で退職して面倒をみることになりました。

父は神経質の母を嫌って「家に帰ると気が滅入る」と毎晩酒を飲んで遅くに帰ってきます。誰も私に協力してくれませんが、母がこのままでは好転しそうにないので、病院に連れて行こうとすると父は「お前の縁談に差し障るぞ」と反対します。このままだと私には恋愛も結婚も無理なように思うんです。

## 死別

### ⑦家族を失ってしまいました H8. 70代

この深夜に本当に電話の前におられるのですね。自殺などの非常時に必要な電話ですが、老人の愚痴を聞いてもらえますか。私の娘が突然白血病で倒れ、半年間苦しんで他界しました。「私のようなものをどうして生んだの」と言われた妻は1年余り精神を病んで自殺してしまいました。何とか仕事を頑張って、会社人間に徹しましたが、さらに息子が結婚のために式場を決めに行く朝、交通事故で死んでしまいました。もう済んでしまったこと何ですが忘れられなくて、辛くて、悲しくて。

### ⑧夫が亡くなって一年になりましたが H26. 50代

一人になると途方に暮れて死んでしまいたいくらい、どうしてよいかわかりません。新しい生活が始まっているはずなのに、何か急に悲しくなり、空しくなります。誰かとつながっていないと不安でたまらないんです。死ぬわけにはいきません。生きないといけないんです。

## 子育て

### ⑨子どもへの接し方がわからない H9. 30代

子どもは小2と幼稚園の男の子二人です。カッとなると追いかけて思い切り強くたたいたり、蹴ったりするんです。ずっとそうしてきました。どうしてそうなるのかわからないんです。病気なんでしょうか。私が子どもを叱ると主人も一緒に叱るんです。子どもをかばってくれたらいいのに。二人とも子どもにどう接したらいいのかわからなくて。私は小さいころは父によく叱られました。可愛がられた記憶がないんです。

### ⑩子どもを預かってくれるところ知りませんか H13. 40代

高2の娘がちっとも言うことを聞かないんですよ。外泊はするし、髪は染めるし、夕べ帰らなかったで小言を言ったら「お母さんは干渉し過ぎる」って言って怒鳴り返して、また飛び出して行ったんです。

お寺かどこかで預かってくれませんか。私がどんなに苦労して育ててきたか、ちっともわかっちゃいない、あの子をたたき直してくれるところありませんか。

### ⑪自分を抑えきれない H17. 30代

この子は他の子どもより発達が遅れていると言われているんです。私、頭の中では怒ってはいけないと思うんですけど、おさまらなくて子どもを追いかけて叩くんです。どうしても他の子どもと比べて、できないことに目が行き、もうストレスいっぱいです。夫は毎晩遅く帰ってくるので一人で子どもの世話をしています。

### ⑫人を恨む気持ちを捨てきれない R1. 40代

両親がネグレクトで祖母に育てられました。両親のもとに戻りましたが、お金だけ渡されて、全部自分で生活のすべてをしてきました。親には自分の稼いだお金をほとんど取り上げられました。病気になって家を追い出されました。ただの金づるだったんです。あいつらのせいで病気になって今も後遺症に苦しんでいるんです。

## 家族のカタチ

### ⑬俺養子だった。生みの親に会いたい H6. 20代

両親とも自分の親ではないんです。高校生の時膳本をみて知りました。そのころから自分の親に会いたいなと思ってました。会いたい、会わせると言って、母と言ひ合いになり、

父を殴ってしまいました。自分の出生と養子になったいきさつが知りたいだけなのに。本当のことが分かって動揺するかもしれないけど納得はすると思う。ただ社会人になって今の親たちが言わないのが自分へのいたわりの気持ちなのかと思うこともあります。

### ⑭嫁が実家に帰ってしまいました H7. 60代

息子夫婦と孫と同居することになりました。でも息子が仕事に失敗して夫婦関係に亀裂が入り、私には本当のことを教えてもらえずウロウロした日が続いていました。

突然、嫁が「自分らしく生きたい」と言って実家に帰ってしまいました。自分は家庭的ではなく仕事がしたいと言うんです。私たちは不動産所得もあり経済的には問題無いので、そっちで孫を面倒見てくださって自分一人で実家に帰ったんです。

### ⑮家族はいるけど一人ぼっち H30. 50代

家族はいますが妻は共働きで、こどもは学生なのでみんな忙しく、顔を合わせることも、話すこともほとんどありません。深夜に帰宅して一人ぼっちを感じて寂しいです。夜寝ようとすると昨日の眠れなかったことを考えてしまい、今日も眠れないのかなど不安になるんです。

### ⑯コンビ解消もありかぁ R1. 50代

子育ても終わりました。最近妻と向かい合っただけの夕食が苦痛を感じるんです。子どもができてからずっと子どもの方を見て、お互い向かい合っていなかったんです。

ベスト子育てコンビだったんですが、これからも夫婦を続ける必要ってあるんですかねえ。卒婚という言葉もありますしねえ。

(ここに掲載された事例は実際の電話の内容そのままではありません)

## 相談から見えてくるもの

### — 新しい家族のカタチ —

「家族ってちゃんとした意味知ってる？あたし一度辞書で調べたんだ。家族とは夫婦とその血縁関係にある者を中心として構成される集団。つまり「母親」も「子ども」もひとつの条件のもの集まりの中での名称に過ぎないの。そしてね、今の世の中は辞書に載っていない、いろんな繋がり「家族」がいる。新しい意味の「家族」には「母親」も「子ども」もない。助け合って生きていく集団のことを指すわけ(町田そのこ著『宙ごはん』より)

私たちは「家族」や「母親」という言葉に特別な感情やイメージを抱いている。「優しさ」とか「包みこむような愛」とか…。しかしのちの電話で受話器を取ると、家族について話す電話から聞こえてくる声は、虐待した親への怨嗟や、DVや不倫をした夫への不満や恨み、思い通りにいかない子育ての悩みなどが多い。

『52ヘルツのくじらたち』をはじめ多くの小説の中で様々な家族の形を描いてきた町田そのこさんは『宙ごはん』の中でこうも言う。ネグレクトの母と暮らす主人公宙の友人マリーが前出の言葉の後に「イメージに流されて一喜一憂するのではなくシビアに現実を見て生きていくように」と宙を諭すのだ。12歳の子どもである。

私たち相談員は電話を掛けてくる人の話を、傾聴し受容し共感するのが役目で、諭すことはしない。聴くだけである。「核家族」や「少子高齢化」といった語句ももはや古い色を持つ現代、家族のカタチは変わりつつある。せめて聴く時に、正しい知識と新しい認識を持って受け止めたい。親子でも夫婦でも、実でも義理でも、同性でも異性でも、助け合って生きていく、凭れ合うのではなく、支え合う生活共同体のことを「家族」と呼ぶのであろう。(広報WG)

多様性の時代に

# つなぐ 19

～ 啐啄同機 ～

奈良学園大学学長 金山 憲正

私が在籍している奈良学園大学は、人間教育学部と保健医療学部の2学部からなる小規模な大学です。人間教育学部には人間教育学科、保健医療学部には看護学科とリハビリテーション学科の2学科があり、あわせて3つの学科があります。その3つの学科では人間教育学科は教員や保育士、看護学科は看護師や保健師や助産師、リハビリテーション学科は理学療法士や作業療法士をめざす学生が多く学んでいます。いずれも資格を必要とする職業であり、児童・生徒や患者さんなど人と接することが中心となります。本学で学ぶ学生達は「人を支える人」となるような教育者や医療人として社会に貢献できる専門職となるため日々研鑽に励んでいます。

そのためには内面から人とつながり、子どもや患者さんが望んでいることを的確に把握することが求められます。私は学生達には「啐啄同機」という禅語を常に意識して人と接し、その結果「人を支える人」として社会で貢献できる人になってくれることを願っています。

この「啐啄同機」という言葉は、鳥のひなが卵から出ようと中から殻を破ろうとすると、同時に絶好のタイミングで母鳥が外から殻をつつき、両者の思いが一つとなって殻を破ることに成功して、ひなが無事この世に生を受けて外の世界に出ることができるということを意味しています。

教育や医療を一方向的に押しつけるのではなく、学ぼうとする人や治療を受けようとする人が何を学びたいのか、何に興味・関心を抱いているのか、またどのような治療を望んでいるのかなどの心情や思いを的確に把握し、最適のタイミングで対応することが出来てはじめて「人を支える人」となり得るのではないかと考えています。

本学で学ぶ学生達が社会に出て真の意味で「人を支える人」としてそれぞれの分野で活躍できるよう、私達教員も「啐啄同機」を心がけて学生に接し、私達の持っている知識・技能や経験などを学生達がしっかりと身につけて次代に繋いでくれることを願って日々の教育活動に取り組んでいます。

## 第48回日本自殺予防学会総会 に参加して

2024年9月13日(金)から15日(日)までさいたま市の埼玉会館で開催された第48回日本自殺予防学会総会に参加してきました。この学会に参加するのは奈良で開催された第42回総会以来で、この時には当協会の小林茂樹前理事長が副大会長を務められていました。

日本自殺予防学会とは、1970年に設立された、自殺予防のための活動、調査、研究、教育、および啓発を行うことを目的とした学会です。今回の総会は臨床死生学会総会との合同開催で、日本いのちの電話連盟と埼玉いのちの電話との共催でした。500名を超える事前申込と当日参加者も大勢おられ、学会公認研修会2本、講演会6本、シンポジウム11本、事例検討会、ワークショップ3本、セミナー3本、学会員の口頭発表20本、ポスター発表34本と盛り沢山の内容で、大変な盛会となりました。

この中で私が特に印象に残ったものは、「いのちの電話シンポジウム 依存症といのち」です。シンポジストの俳優 高知東生さんが、薬物依存に陥った半生とそこからの立ち直りについて語られました。自分自身の「棚卸し」を済ませ、もう大丈夫だと思っていたのに、取り返しのつかない過去への悔恨がわき上がって、3日間も寝込んでしまったそうです。その時に「埋め合わせ」をしようと思い立ち、「たまたま」連絡のあった後輩の助力を得て、直ぐに実行できたとのことでした。彼の窮地における柔軟な発想力、立ち直る実行力、そしてそれを支えた“人を越える大きな力の働き”に感銘を受けました。

またワークショップでは、現場で自殺対策に取り組んでいる保健所や市町村の職員、司法書士など様々な職種の方々と話し合いました。事案に直接関わることのない私たち相談員は、彼ら彼女らと具体的な連携をすることは叶いませんが、こんなに大勢の力強い仲間と一緒に自殺予防に取り組んでいるのだなあと、気持ちを強くすることができました。

(Y・K)