



※写真はイメージです。

いのちの電話って何ですか？



いのちの電話の設立

孤独の中で苦しみ、自ら死を選んでしまう人が後を絶ちません。そんな中、電話での対話を通じて、少しでも「生きる勇気を持ってもらえたら…」という願いから、いのちの電話というボランティア運動はスタートしました。この運動は1953年にロンドンで始まり、1971(昭和46)年には東京に日本初のいのちの電話が開設されました。新潟県での開設は1984(昭和59)年、全国で17番目でした。



電話を介して…

いのちの電話に電話をかけると、ボランティアの電話相談員がそれを受けます。電話は365日・24時間いつでも対応しています。名前を名乗る必要はなく、相談内容の秘密は必ず守られます。電話では、相談員が相談者の話を「聞く」ことが基本です。相談者の外に吐き出せない悩み・苦しみを聞き、対話によって心が軽くなり、新たな希望が見いだせるよう寄り添います。

自殺予防は「みんなの課題」

WHO(世界保健機関)では、自殺予防は「みんなの課題(task for all)」であるといい、次の3つが大切であると述べています。

- ①自殺についての事実を正しく知ること。
 - ②自殺に関する先入観や偏見を取り去ること。
(自殺は誰にでも有り得るし、起こり得る)
 - ③自殺防止には、広い範囲の働きかけが必要なこと。
- この3つを心の中に留めてもらい、自分のこと、そして自分の周りの人のことも考えてみてください。

新潟いのちの電話 相談電話 **TEL.288-4343**
(年中無休・24時間)

Ring Ring!



皆さんは「いのちの電話」をご存知ですか？もしも、あなたの心が深く傷付き、そのことを誰にも打ち明けられずに苦しんでいたら…。そんなときは、この「いのちの電話」を思い出してください。

新潟いのちの電話について

新潟県における自殺率

新聞などでも取り上げられている通り、新潟県の自殺率はとても高く、毎年約700人の方が自ら命を絶っています。新潟いのちの電話の開設も、そういった現状を踏まえたものでした。自殺をする人は40～50歳代の男性が多く、また高齢者の自殺率がとても高いことも新潟県の特徴といえます。

40～50歳代

男性



どんな相談が多いのか？

新潟いのちの電話には、毎年2万件を超える相談の電話がかかってきます。その内容は、生きることへの絶望感や孤独・不安を訴えるもの、会社や家庭などの人間関係の問題、体や心の病気によるものなどが多いです。

もしも。



相談員ってどんな人？

新潟いのちの電話には、現在約170人の相談員が所属しています。相談員になるには、約1年間の養成期間とその後の認定審査が必須です。相談員になると、月に2～3回(1回に付き4時間程度・深夜も含む)の電話担当と月1回の研修が義務付けられます。これらのことは全て無償で行われています。

その他の活動

いのちの電話の活動は、全てボランティアによって運営されており、相談員と会を支援する会員たち(後援会)の寄付で成り立っています。後援会では、毎年1回のチャリティバザーをはじめ、自殺予防の公開講座など、活動への支援と普及啓発を行っています。

information

- 毎月10日は「自殺予防いのちの電話」の日です。
毎月10日(8:00～翌日8:00)は、通常の電話相談の他に全国に50あるいのちの電話の各センターと連携し、フリーダイヤル(通話料無料)の「自殺予防いのちの電話」を実施しています。
☎0120-738-556 ※全国のどこかのセンターにつながります。
- 第30期 電話相談員養成講座を開催します。
2012年度いのちの電話相談員を募集しています。詳しくは、新潟いのちの電話事務局(Tel.280-5677)までお問い合わせください。※電話相談員はボランティア(無給)です。

社会福祉法人 新潟いのちの電話事務局
所 中央区上野2-2-3 新潟ユニゾンプラザハート館
TEL 280-5677 FAX http://www.find-j.jp/
※事務局では相談には対応していません。

新潟県の自殺者を一人でも少なくしたい、という願いから生まれた市民活動です。多くの方のご支援をいただいて、28年間続けることができました。バブル崩壊、震災、洪水など、ますます大変な世の中になってしまいましたが、これからも小さな力を集めて、活動を続けていきたいと思います。



新潟いのちの電話
事務局長 渋谷志保子さん