

聴く

新潟いのちの電話だより

2010.9

No.106



相談電話

(025) 288-4343

上越(025) 522-4343

長岡(0258) 39-4343

新発田(0254) 20-4343

村上(0254) 53-4343

ある日の相談室より

「誰でも思う通りにはいかないものですよね」

そう話すあなたの、思い通りにいかないことは何ですか。

「実は、今、仕事を休んでいて、精神科に通っているんです。そろそろ職場に復帰しようという時期なのですが…」大学を卒業し、希望する職業に就き、毎日、張り合いをもって過ごしていたと言う。「ちょっとしたことで自分なりに目標を設けて、それが達成できるとすごく嬉しかったんですよ。もっと、もっとと欲張りすぎたんでしょうか。次第に、一生懸命やっているのにミスが多くて、目標が達成できなくなってきたり、なんとなく周囲から浮いているなど感じたり、空回りしているなど思うようになってきて。自分がダメに思えてくるし、焦れば焦るほどうまくいかないし。そうこうするうちに、何をやるのも、おっくうになってきたんですよ」

勤務の様子を心配した上司に、会社の医務室に相談に行くようにと勧められた。それがきっかけで精神科を受診し、しばらくの間休職することになったという。

「休み始めた頃は、休んでしまうなんて申し訳ない、休んでなんかいられないという気持ちがあったり、逆に、もう何もできないという気持ちがあったりと混乱していました。でも、しばらくするうちに、ちょっと落ち着いてきたというか…。以前は自分の部屋の掃除すらできなかったけれど、今は自分でやれるようになってきたし。職場復帰の話も具体的になってきています」

「職場に戻っても、以前のようにバリバリ働く自分ではないのだろうな。でも、焦らずやっていくしかないですよね」と話す。

あなたの強さを感じながら、
職場復帰がうまくいきますように
と願い受話器を置いた。



(内容は、電話を基に構成し直したものです)

4ヶ月間のタイムカプセル

鈴木 秀子

大学生がお兄さんお姉さんの立場で施設や学校を訪問し、子どもたちと関わる中で子どもの問題の解決や予防に寄与する——これは、児童相談所で行っているメンタルフレンド制度の当大学版である。何十名かの学生が希望し、学業の合間をぬって活動している。

その一人にAさんがいた。小学生のとき不登校で「大学に来て話を聞いて、私の時もお姉さんが来てくれたらよかったのにと」思って「希望したという。2年生の時からN児童相談所に月1〜2回通い、職員の指導のもと通所児童や一時保護所の子どもたちと関わってきたが、4年生の夏から定期的に会っていた小学生の少女宅に訪問することになった。

秋も深まる頃、「一緒にタイムカプセル作っているんです」と報告。卒業すれば通えなくなるから最後の日にあけよう、と二人で写真や手紙を入れるという。「あけるまで4ヶ月ちょっとじゃない!」と言うと、「だけど埋めるんです」と笑顔。雪の中もせっせと通い、3月末、小学校を卒業した少女と庭からカプセルを掘り出し、兎相で会った頃からを振り返って別れてきた。少女と過ごす中でAさんは昔の自分に何度も戻り、癒されもしたのだろう。

報告するAさんの晴れ晴れとした笑顔に、兎相に勤務していた時に会った何人もの不登校の子供たちが重なった。あの子たちもみんないい顔をした大人になっていますように。なれますように。こんな日があることを誰かに感謝したい日であった。

(新潟青陵大学 非常勤講師)



毎月10日(午前8時より翌日午前8時まで)は
フリーダイヤル「自殺予防いのちの電話」が実施されています。

電話番号0120-738-556

お知らせ

新潟いのちの電話 「こころの健康トーク」のつどい

どの会場も入場無料です。ふるってご参加ください。

<長岡市>

「こころの健康トーク」

青木裕子(元NHKアナウンサー)の朗読と
チェンバロニスト小澤章代のスピネット演奏
日時 10月1日(金)19:00~21:00
会場 朝日酒造エントランスホール

<関川村>

「こころの健康トーク」

長岡会場と同じ内容
日時 10月2日(土)19:00~21:00
会場 関川村民会館

<新発田市>

北野大(明治大学理工学部教授)と
高橋竹育・小林史佳 親子(津軽三味線
奏者)が語る

「母の一言は心の健康と人を育む栄養素」
日時 11月8日(月)14:00~16:00
会場 敬和学園大学大講堂

<阿賀町>

津軽三味線と
高橋竹育・小林史佳 親子が語る
「何が小林史佳を立ち直らせ

津軽三味線の世界に導いたか」

日時 11月28日(日)
14:00~16:00
会場 阿賀町公民館



会費納入ありがとうございます

活動を支えてくださっている大勢の会員、団体、企業等のみなさまの温かいお気持ちを感じております。おかげさまで、24時間の電話相談を続けることができ、感謝申し上げます。

第24回 チャリティバザー(後援会主催)

日時 10月24日(日)11:00~14:00
会場 新潟市総合福祉会館
2階 多目的ホール

当日販売用の日用品、雑貨、手作り品などのご寄付の品々が届いています。ありがとうございます。毎年バザーの収益金はいのちの電話の運営の大きな力となっています。みなさまのご来場をお待ちしています。

29期電話相談員養成講座

募集要項をご希望の方は、事務局にお問い合わせ下さい。

申し込み期間

12月1日~2011年2月15日

研修期間

2011年4月~翌年3月まで1年間

2010年9月16日発行

社会福祉法人 新潟いのちの電話

〒950-0994 新潟市中央区上所2-2-3 新潟ユニゾンプラザ ハート館
事務局 TEL (025) 280-5677 FAX (025) 280-5677

この冊子は赤い羽根共同募金配分金を受けて発行しています。

なぐさめ

なぐさめなしに、ひとは生きていけない
アルコールや睡眠薬や注射は気休めにすぎず
なぐさめどころか
ひとをますます深い淵に落としてしまう
また、饒舌な語りかけが
なぐさめになるわけでもない

なぐさめは、いたむ傷口にぬられる薬
また、砂漠をさまよひ歩いた末に出会う
オアシスのようなもの

なぐさめは、こころ静まるようにと
そっと頭にのせられる掌
また、やさしくそばにいてくれる
おだやかな顔

そしてなによりも
涙を理解し、苦しむところに耳を傾け
不安や絶望のさなかにもじっとそばにいて
空にはまだ一つ二つの星が輝いていると
指し示してくれるひとがいること

フィル・ボスマンス