

いのちの電話・ちば

社会福祉法人 千葉いのちの電話 広報誌

2025.6.10 / 第81号



いっせいに飛び立つコアジサシ。H5に千葉市の鳥に制定、市のマンホールにも描かれる。2023年7月早朝 稲毛の浜で撮影 ©森口 晃

「死にたい」気持ちの患者を支える

2024年度の千葉いのちの電話の総電話相談件数の44%は「精神疾患の病歴あり、治療中、疑いあり」となっています。精神科を受診する人は年々増加しており、通院患者は日本中で六百万人を超えています。これは20年前の2倍以上となりますが、最も多いのはうつ病を含む気分障害圏で、次いで認知症圏、不安障害などの神経症圏が続きます。

近年目立って増えているのは、「自閉スペクトラム障害」や「注意欠陥多動性障害」といった、発達障害と呼ばれる人たちです。これらの人たちは、様々な情報があふれ、複雑な役割が求められる社会の中で、うまく適応できずに自信をなくし、うつ病などを発症することが珍しくありません。近年の発達障害に関する豊富な情報に触れ、「自分もそうではないか」と感じて受診する方も多いです。

これまで自死を選んでしまった方のうち、原因の6割以上が「健康問題」とされています。千葉県ではそのうちの6〜7割がうつ病などの精神疾患であることがわかっています。障害がある場合、精神科にかかってもそれ自体が治るわけではないので、「辛い、死にたい」という気持ちは簡単に消えないかもしれません。しかしそれを実行に移さないように支え続けることが、精神科医療に課された大切な使命です。すべての精神科の医療機関がその使命を果たすことを願ってやみません。いのちの電話もまたその助けになってもらいたいと思います。

千葉県精神保健福祉センター長
千葉いのちの電話理事

林 偉明

この人に会いたい！

社会福祉法人「一粒会」理事長 **花崎 みさを** さん

原点を忘れず、今、 困っている人に手を差し伸べる



1989年の開局以来、千葉いのちの電話の評議員を務める花崎みさを先生は、木更津市真里谷^{まりやつ}で児童養護施設「野の花の家」をはじめとして、母子支援施設、児童家庭支援センターなど7つの事業を立ち上げている。花崎先生の原点は、「アジアと日本の子どもがともに暮らせる家を作りたい」である。なぜ先生はそう思い、どのようにそれを実現してきたのだろうか。

まず話を聞いて思ったのは、花崎先生は直観の人だということだ。27歳でスイスの国際児童養護施設「ペスタロッチ子どもの村」のスタッフとなり、39歳で難民キャンプにいたベトナムの少女の里親になった。43歳の時、1億円の借金をして木更津市真里谷



児童養護施設「野の花の家」
定員52名。18歳までの保護者のいない児童、虐待されている児童などを養護することを目的としている。今年4月に40周年を迎えた。

に児童養護施設「野の花の家」を開設。49歳の時には、アジアのブローカーに騙され日本人男性の子どもを産んで露頭に迷う女性たちを助ける母子シェルター「FAHこすもす」を作った。

その後も父親の土地を担保に、次々に施設を開設。ついに担保にする土地がなくなると、東京に働きに出かけた。そのどれもがとてつもなく勇気が要りそうな決断ばかりだが、花崎先生には迷いがない。「だって困っている人がいるのだから」と。「よく支援者から『こんな若い女の人に何ができるのかと思っていただけど、本当にやったね』と言われる」と花崎先生は笑う。

1969年、スイスのチューリッヒの山間にある「ペスタロッチ子どもの村」へ行ったのは、大学卒業後に就

職した、富士福祉事業団が経営する新聞社で、募集のチラシを見たからである。当時は横浜から船に乗ってナホトカに行き、モスクワを経由してチューリッヒまで汽車に乗って行った。単身で向かう花崎先生を見送りに来た人の中には、恩師と仰ぐ草野熊吉さんがいた。

草野さんは重度重複障害児のために世の中の常識と闘い、秋津療育園を設立した創始者である。何も無いところから新しいものを生み出す力は草野先生から受け継いだものかもしれない。「お金もないのに、いろんな方が支援してくださったのは、草野先生の後押しがあったから」と花崎先生は感謝の言葉を口にする。

親の悲惨な経験を受け継ぐ 子どもとの出会いが原点に

花崎先生がペスタロッチ子どもの村で見たのは、戦争や差別によって過去にひどい目にあった親たちの経験を、アジアの子どもたちが教えられているという現実だった。「アジアと日本の子どもと一緒に暮らせば、偏見を持たない日本の子どもを育てられる。そのために家を作りたい」。これが花崎先生の原点である。

1年後に帰国して日本精神科病院協会に勤めていた1970年代の後半、花崎先生は「カンボジアのポルポト政権下で多くの人が虐殺され、子どもが親元を離れ国外に難民として逃げている」という記事を読んだ。「何とかしなくては」と再び原点に火が付いた。自分の構想を外務省や旧厚生省などに話しに行くが相手にされない。「外国の子どもに税金は使えない」「あなたが外国に行って活動してはどうですか」と言われる始末だった。しかし、その時、花崎先生が思ったのは「だからこそやらなくては」だったという。

そんな時にかつて訪ねて行ったことのある国際社会事業団 (ISSJ) から、マレーシアの難民キャンプにいる子どもの里親になってほしいとの依頼が来た。「一人の子の母親から始めようかなと思ったが、未婚で子どももない自分が、17歳の少女の母になれるのかとさすがに不安だった」と花崎先生は振り返る。

小さな漁船でベトナムを脱出し マレーシアに

やってきたのは、ベトナムの少女、ファム・ティ・タン・テュイさん。ベトナムは、20年近く南北で争っていたが、1975年に北ベトナムが勝利し、社会主義体制へと移行した。テュイさんの父は南ベトナムの政権幹部だった。南北統一前に父は病死したが、自宅は没収。学校も行けなくなった。テュイさんは、中学も高校も夜間学校に通い必死で勉強した。

母は一族を存続させるために、テュイさんを国外に脱出させた。母が所有する長さ10mほどの漁船に128人が乗船。操業を装うため、ほとんどの人は隠れて過ごしトイレも垂れ流しだった。命からがら数日後にマレーシアにたどり着いたが、乗客からテュイさんに支払われるはずだった船賃は、誰も払わず、一文

無しになってしまった。テュイさんはここで6カ月を過ごした。「性犯罪も多く、どこでもいからキャンプから出ていきたかった」とテュイさんは振り返る。

「家事もやったことのない私が、この人の母

親になるなんてね」と花崎先生が言えれば、「うちにもメイドがいたのでね」と返すテュイさん。家事の苦手な誇り高い二人がどんな共同生活をしていたのかわからないが、二人のきずながその後の事業の展開を進めたのは確かだと思われる。

テュイさんはその後、中高を卒業し、1987年に仙台市の東北福祉大に進んだ。結婚し、夫の転勤でマレーシアやミャンマーで暮らした。日本に帰国して、今は日本で暮らす外国人家庭の相談などに乗る児童家庭支援センター「ヴィオラ」で働いている。



花崎先生 (83歳) と
三浦テュイ (61歳) さん

自分の家族も含めて ひとつの大きな家族に

こうして花崎先生が世の中に必要とされている事業を次々と実現できた背景には、支援者の力も大きいが、家族の力も大きかった。「父は私が夢を叶えるのを楽しみにしていましたし、妹は事務を手伝ってくれました」と花崎先生は話す。“馬來田の暴走族”と呼ばれたお父さんは、バイクを乗り回し、施設の子供たちから「おじいちゃん」と親しまれた。家にお菓子を用意して、子供たちが学校帰りに立ち寄るのを楽しみにしていた。「私が東京に働きに行っている間、子供たちが父の相手をしてくれました」(花崎先生)というのを聞くと、本当にひとつの大きな家族がここにあるという気持ちになる。

真里谷を訪ねたのは3月末日。山には桜が、道端には菜の花やレンギョウが咲いていた。一番近い駅はJR木更津駅から出ている久留里線の馬來田駅。無人駅だ。この静かで美しい里山に、厳しい世界情勢を反映した、ボーダーレスの家族が住んでいるという事実を、私たちは自分事として考えなくてはならないと思いながら家路についた。

(M.T)

厚生労働省補助事業フリーダイアル公開講演会

主催：社会福祉法人千葉いのちの電話 日時：2024年12月1日（日）

元厚生労働事務次官 **村木 厚子** 氏の講演



「あきらめない力 ～一人で抱え込まないで～」を聞いて

「郵便不正事件」という人生最大の危機に遭遇しながら、村木さんはなぜあんなにがんばれたのでしょうか。そこには、幼い頃からの挫折体験により培われた「あきらめない力」がありました。

そしてこの講演では、いのちの電話の活動を続ける上で大切な学びを数多くいただきました。そこで、この講演を聞いた相談員の心に響いた言葉や思いのいくつかを併せてご紹介したいと思います。

●はじめに

1955年生まれの村木さんの最初の挫折は10歳の頃でした。母親が実母ではないと知り、家出をしようとしてますが、村木さんがすごいのはその年齢で、一人で食べていく術まで考えていたことです。一步間違えば崖から落ちかねないようなこの経験は、今の東京を携帯一つでさまようお金のない若者の姿にも重なる経験として今に繋がっています。

その後村木さんは私立中学に入学し、戦わずして家を出ることに成功します。女性には狭かった大学への道は、父親が開いてくれました。父親の父親も、村中の反対を押しきって父親を進学させていたのです。「誰かに何かをすると次につながる」というこの経験は、「世の中いいいことは繋がるし広がる」という村木さんの楽観的な性格を培っていきます。

四大卒女性の就職が難しい時代に村木さんは、現在の厚生労働省に入省します。当時は毎日2回のお茶汲みと職員のお弁当注文は女性の仕事でしたが、それに毅然として戦った先輩女性がいました。村木さんはそうはできませんでしたが、不本意なお茶くみをした翌日に大雪が降ると、ここぞとばかり「大雪が降るのでもうお茶くみはしません」とユーモアで返したり、女性職員の子育て体験談をこれから産む職員に伝えたりと、あきらめずに自分らしく女性の地位向上に取り組

みます。これで良かったと思えたのは厚生労働省2人目の女性事務次官になった時でした。

世の中には不本意なこと、不条理なことが多々あります。身に覚えのない「郵便不正事件」（2009年）を、これらの挫折体験により培った「あきらめない力」で戦い抜いた村木さんは今、それを糧に人をつなぎ社会を動かす活動をされています。私はその姿勢と行動に日々の力をいただいています。（J.N）



●ユーモアこそが耐え抜く力!!

村木厚子さんは講演の中で、辛いことが起きた時に耐えぬくための要素として

①好奇心 ②経験 ③気分転換 ④食べて寝ることを挙げています。

私は、村木さんがこの困難を乗り越えられたのは、これらの要素と合わせてユーモアのセンスがあったからではないかと思っています。

例えば、村木さんがむき出しのトイレと寝るところだけの留置場に勾留されたのは、164日でした。その当時、日本の宇宙飛行士の宇宙ステーション滞在日数の最高は163日でした。そこで村木さんは思います。「私は1日勝った」と。

また、初めて裁判に出た時、腰縄、手錠で出廷しましたが、手錠をかけられた腕が痛くなります。初日から痛いと言うと、この後いじめられるかなと思う一方、刑務官の人権意識がどの程度かを知るのも今しかないと、「痛い!」と言ってみましました。そうしたら刑務官はすぐに手錠をはめ直してくれたそうです。どうも腕の入れ方が間違っていたようで、「正しい入れ方はこうです」とお縄頂戴のやり方を村木さんが示した時、会場からは思わず笑いが起こっていました。

このようにどんな状況に置かれても、好奇心を失わ

ず、起こったことをポジティブにとらえ、それを笑いにまで昇華するユーモアはすごいと思いました。「厚生労働省では支える側にいると思っていたが、一日にして支えられる側になり、一人の人間に支え、支えられるという両側面があることを知ったことは、今回の出来事の最大の収穫」とも話されていました。

今回の村木さんの冤罪の発端は、課長当時、その部下が本当の障害者団体と信じて、厚生労働省が発行する郵便料金を安くできる証明書を、早く出そうと全ての手続きをパスして作成したことにありました。その部下に対して村木さんは、怒りや非難というものを微塵も感じていないように見受けられたことも付け加えておきたいと思います。

私たちにも日々いろんな事件が起きています。些細なことでも大きなことも。これからは自分にそれが起こった意味を考えるチャンスにしたいと思います。

(M.T)



●現実を受け入れる

テレビに映る村木さんの冷静な表情から心の強い人だ感じていましたが、実は現実を受け入れ落ち着いて対処される人だったのだと講演を聞いて思いました。苦境に陥った時、嘆いても文句を言っても改善することはありません。これからを良くするためにはどんな手段があるのか、何をすべきか、降りかかった状況になるべく早く対処しなければなりません。自分の人生は自分で決めないと後悔するからです。

私は認知症の母を介護していますが「なぜできないの」「忘れたの」とつい怒ってしまいます。でもそれでは解決しません。以前と違う母を許容できない私は今の母を知ることが必要だと、この講演から学びました。

村木さんは、裁判所へ出廷する前夜に娘さんと立ち寄ったお好み焼き屋さんで知らないグループに話しかけられ、たわいもない話で大いに盛り上がります。村木さん母娘が先に店を出ようとすると、突如後ろから大声で「がんばれよ～」と声がかかります。実は村木さんに気づいていたのですが何も触れず、村木さんのこれからを気づかう突然の「がんばれよ～」でした。

無罪になり職場復帰した村木さんは、東日本大震災の被災地の大臣慰問に同行します。そこで村木さんは「がんばって下さい」と被災者の方から声を掛けられます。支えられ励まされるだけでは人は元気になるれない。人を励ますことで元気になる。お互いを気づかうことが励みになり生きる力にもなります。ある時は

支えられ、また支える時もあります。支えられたり支えたり、信頼したり信頼されたり。人は一人では生きていけません。今できることに一生懸命取り組む、「いのちの電話」で悩みを聴くうえで大事なことだと思います。(M.M)



●心に残るメッセージ

お話を聞いて特に心に響いたことが3つありました。

164日の勾留で、人間は支える人、支えられる人の2種類ではなく、ある時は支え、ある時は支えられるという事を強く感じたと話されました。私は家族を支える役をしっかりとしなくてはと思い過ぎていました。でもそれは、私の独りよがり、家族の支えがあったからこそ、外で活動できたのです。日頃は当たり前のように思っていたのですが、お互いに支え、支えられていたことに気づかされました。

孤立をしないためには相談できる人がいるかいないかの差が大きい、話す相手がいないと孤独を感じます。孤独孤立がどれだけ害があるか、死亡率は、肥満、喫煙などよりも孤独の方が高いのです。話し相手がいないことが死につながることを痛感させられます。村木さんは、町内保健室を開設、遊びにおいでよと促しているそうです。

自立とは、たくさんものに少しずつ依存していく事です。どうしようもない状況で助けるのは大変、小出しにして助けてもらう。日本には、他人に迷惑をかけてはいけないという文化があります。人に迷惑をかけないために、お願いを遠慮してしまう、お願いしないことが自立と思い込んでいると思います。小さな事でも「お願いします」と声に出せたらどんなに楽になるでしょうか。「自立とは依存しないことではない」とても心強い言葉です。

上手くいくことは本人が答えを出していくことでも話されました。自分の居場所を作ること、話せるところがあることの大切さを実感し、答えを見つけて行くためのヒントを頂きました。(H.T)

村木厚子氏プロフィール

1955年高知県生まれ。高知大学卒業後、労働省（現厚生労働省）入省。雇用均等・児童家庭局長等を歴任し、厚生労働事務次官を務めた。

退官後、内閣官房孤独・孤立対策室参与、「若草プロジェクト」代表呼びかけ人、全国社会福祉協議会会長に就く。

認定式・永年表彰式

～ 2025年3月22日（土）～

認定者：35期電話相談員9名、インターネット相談員1名、
対面相談員4名

永年継続：30年3名、25年2名、20年7名、15年7名、
10年16名



◆◆◆ 永年表彰者 (20年) ◆◆◆

心配している人が居るんだよ～

「20年目の永年表彰です」と連絡をいただいた時、アッ！20年経ったんだと改めて月・日の流れの早さを感じました。表彰式当日に行われた認定式で認定された相談員の方々の清々しい姿、自分も20年前はあのような姿だったのだと感無量でした。

電話の前に座った時、常に心構えは掛け手の言葉（心のさけび）を聴き、寄り添っている自分があるのだろうか？短い時間を電話線1本で繋がっているこの空間をどのように寄り添って良いのか？そして掛け手の方が電話を切った後、心穏やかな日を過ごす事が出来るように願い、心配している人が居るんだよ～とさげんでいる自分がいます。

そして最後に、家族の理解がなければ掛け手に心を寄せる月・日ではなかった事を付け加えさせていただきます。(M.Y)

◆◆◆ 35期認定者 ◆◆◆

認定される前の私と今の私

心の変化、気持ちの変化を感じています。そして今、ひとつひとつ新しい自分に出会えたような気持ちです。

温かい言葉、気持ちに添った言葉は、これからの自分や周囲を照らすだけでなく、自分自身の日常をも、良い方向へ導いていただきました。

言葉の動きは実に精妙だということをも身をもって体験しました。不完全な自分を受け入れ、相手に本当に伝えたい事、話したい事に気づき、その方に必要な言葉を気持ちで返すことができるようにと思っています。

沢山の方との出逢いが全て私の財産となりました。これからもよろしく願いいたします。(T.A)



◆◆◆ 35期認定者 ◆◆◆

聴いて貰える事の安心感

新聞に掲載される「いのちの電話」の電話番号を見て、本当に辛くなった時に聴いていただける電話があるのだと知りました。

仕事や育児の悩みで得た経験をいかし、自分が支える立場になれたらとの想いで応募しました。

4月からの研修、宿泊研修の頃には、自分の思考や会話の癖にも気づかされ、気持ちを伝えることの難しさにもがき、続けられるか不安になりました。自分がいかに無力であるかという事も。でも、グループ研修を継続していくうちお互いの信頼感が深まり、気持ちを伝え合うことが出来るようになってきました。聴いて貰える事の安心感も経験させていただくことが出来ました。

35期・研修担当の皆様本当に感謝しています。これからも、先輩やメンバーの教えをいただきながら、電話の向こうの方に寄り添っていきたいと思っています。(Y.I)

🐱❤️ つながる募金 はじめました。

スマートフォンなどから千葉いのちの電話に、簡単に寄付ができる「つながる募金」をはじめました。

右のQRコードから、金額と回数を決めてご支援いただけます。ソフトバンクユーザーなら携帯電話の利用料金の支払いと一緒に寄付、または、溜まったTポイントを寄付に充てることも可能です。



ソフトバンクユーザー クレジットカード

社会福祉法人

千葉いのちの電話

千葉県いのちの電話協会

事務局 〒260-0012 千葉市中央区本町3丁目1-16

TEL.043-222-4416・4322 FAX.043-227-6911

URL <http://www.chiba-inochi.jp/> E-mail il-chiba@chiba-inochi.jp

発行人 理事長 友田直人 編集：広報啓発イベント部会
会長 橋本 妊 壽奈

