



「社会福祉法人」

大分いのちの電話通信

相談電話 097-536-4343

第103号

2020年4月1日

■ 発行人 理事長 金子進之助 ■ 編集人 編集委員会
■ 大分いのちの電話 事務局 ☎ 097-537-2488
<http://oitaind.sakura.ne.jp>



(撮影 富田 吉俊氏)

人の言葉

貞永産婦人科医院

院長 貞永 明美

誰もが安全・安心して暮らせる社会の実現のため、性暴力のない社会の実現のための活動は少しずつ推進されてきているものの、政治家のセクハラ発言は相変わらず続き、#MeToo現象で明らかに変わったように、まだまだ多くの性暴力被害が隠れている。性的自己決定を脅やかす性の人権の確立はまだまだ十分にとり組まれてはいない。

日本のジェンダーギャップ指数は前年を大きく下回り110位より121位(153カ国中)となった。宗教的なしばり(男女差別規範)のない中のこの状況は、生活の中に男女平等意識が醸成されていない現実を示していると考ええる。

大分県は、平成十年より、産婦人科医会と大分県警とで性犯罪被害者支援をし、平成二十八年には大分県が性暴力ワンストップセンター「おおいた性暴力救援センター・すみれ」を開設し、産婦人科医会も全面協力している。

多くの性暴力被害者を診察するうえで、「診察に来てくれてよかった」「あなたは悪くないよ」など、二次被害を考慮しながら、言葉を選びながら声をかけている。何年も前の事、加害者側からの診察内容・診断に対し、証人喚問された経験がある。裁判所の緊張した空間と弁護士による鋭い問い詰めに心がささくれ立ったような傷つきが残った。翌日担当検事から電話があり、「大変だったですね。大丈夫ですか」の言葉に一瞬にして胸の痛みがなくなった事を経験した。迷っても臆せず声をかけるきっかけとなった経験となった。

(社会福祉法人大分いのちの電話 相談員養成講座講師)

本通信誌は、



共同募金配分金により発行しました。

「人は、人を浴びて人になる」 出会ったたくさんの人たちの温かい言葉が私を変えてくれた

やきつべの径診療所 児童精神科医師 医学博士

講師 夏 莉 郁 子 氏



*ご自身の経歴と講演の内容は、あらかじめ以下のように示されていました。

小学生の時に、母親が心の病気にかかり、子どもの頃はおばに育てられた。母親との縁は薄かった。やがて父親と母親は離婚し、父親に育てられた。しかし、父親との関係も良好なものではなく、両親を恨み続けて生きてきた。そのような中で自分自身が自殺を凶ってしまったこともあった。

しかし、出会ったたくさんの人たちの温かい言葉が、自分を変えてくれた。父のことも母のことも理解できるようになった。「人は人を浴びて確かに人となっていく」ということを心から実感している。そのようなことを話します。特に以下のことを訴えたい。

○どんな病気でも人が回復するには、それなりの時間と痛みと人との交流が必要。

○だれかを責めたり犯人にしたりしても、解決にはつながらない。

○「語ること」「人に聴いてもらうこと」自体が治療になる。

*当日のお話の要約(如是我聞)

1. まず先生は、ご自分の育った環境、ご両

親の関係について話されました。

お母様が心の病を発病され、最初は、ご自分も、お父様も、それが病気であると分からず、お母様の行動を責めてご両親の争いが絶えず、先生もお母様のご病気によって、適切な育児をしてもらえず、苦勞されたと話されました。もともと、それはどの家も同じようなものだと思われていたそうです。お母様の入院によって、おば様の家に預けられ、そこで自分が愛され安定して見守られる初めての体験を持たれたといえます。

2. その後、ご両親の離婚によって、父方に引き取られ、再婚後の父夫婦の安定した生活を見るにつけても、なぜ実母との夫婦生活でも、父親がこのような温かい関係を示してくれなかったかと、恨まれました。

ご自分も、いじめも体験され、必死になって勉強することで、見返そうとされたそうで、医学部に合格されました。

ところが、学生時代に、発病の不安や危機を体験されたことから、医療を受け、他科では受け入れてもらえず、やむをえず精神科入局を選ぶこととなります。この間自殺未遂も体験されました。

3. 先生はご自分が、患者経験もあり、治療者の側にもあることから、ご自分の体験とあわせて、精神疾患の治療関係について考えられるようになりました。

従来の医療関係は、図1にあるように、医師主導型の医療から、医師の告知により患

が治療法を選べる医療に変わり、やがて両者が共同して当たるというやり方が考えられるようになったことが示されました。

4. 患者が主体性を持てる治療関係へ
「心の病」とは、何なのか？どこまでが「人生の悩み」で、どこから「精神疾患」なのか、「心の正常」を測る装置がない現在は線引きが難しい、とも言われ、治療の医学モデルとして、図1を示しながら説明されました。

医学モデル (図1)

共同意思決定における3つのモデル Hamann J, Leucht, S 2003			
	医学モデル パターナリズム	インフォームド チョイス	共同意思決定
医師の役割	Active	Passive	Active
患者の役割	Passive	Active	Active
情報の流れ	支援者→患者	支援者→患者	双方向性
決定の責任	医師	患者	医療者と患者

パターナリズムとは、医師が家父長のように決定権を持ち、責任を持つ医療体制のことです。現在はインフォームドコンセントが主流で、医師が示した情報を、患者が判断して治療法をチョイスすることが多いと思います。しかし先生は、治療は治療共同体として、「共同意思決定」が大事だとお考えになります。ただ、それには二つの倫理原則があると言われます。

- ①自己決定は人間にとって重要なもの。自己決定は人間が生まれ持った性質として幸せなものだと考えます。しかし
- ②人間は相互に依存して生きているため、自己決定できるためには自律の支援が不可欠である。
⇒自律とは「自分の行為を主体的に規制できること、外部からの支配や制御から脱して自分の立てた規範に従って行動

すること」です。

⇒しかし、またここに医師としての葛藤が生じます。自殺を例にすると、一つは病気ゆえの自殺(バイオロジカルな自殺)があり、これを回避するのが医師の役割です。しかし他方では「正常な人の意志的な自殺」もあります。自己決定という点からは、難しい問題になります。これについては、日本はまだ議論が成熟していないと考えます。それは精神科医が関われる問題を超えているのかもしれませんが。

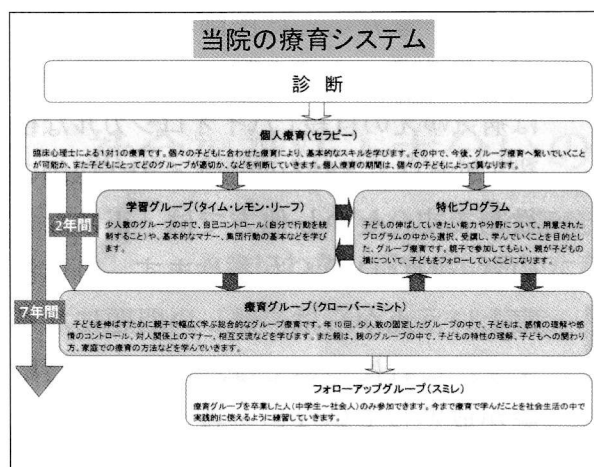
本日の講演では、あくまで医学的な病気という枠の中で、生き辛さを抱えた人の回復について考えます。ただ、共同意思決定においてはこの二つの重要な倫理原則があることは覚えておいて下さい、と述べられました。

5. 私は児童精神科が専門です。そのことについて私の実践をお話しします。

主に発達障がい児のために、私がやってきたことをお話しします。児童精神科医としては以下のようなプログラムを実践してきました。生育歴、発達検査から子供たちに診断名を付ける。Teacchプログラム(構造化・ワークプログラム・視覚支援)による社会適応の訓練、合併症の治療、ペアレントトレーニングをする。

しかし、「人を治す」「人が回復する」とはどういうことだろうか？と考えるようになりました。発達障がい児を本当に支援するには「医療という枠」の中だけでは、どうにもならない。能率・集団適応性ばかり求める社会の仕組みそのものの改革が必要だと思い始めたのです。医療モデル優先で子どもたちに「診断名を付ける」こと自体を悩むようになったのです。とこのように話されました。先生の実践されているプログラムは図2になります。

当院の療育システム（図2）



6. 心の病については以下のように述べられました。

精神疾患は、多因子疾患である。それは**遺伝要因+環境要因+偶然因子（運因）**というように考えられる。

つまり、遺伝や生物学的な因子だけではなく、環境とさらに偶然が大きく寄与していることを、がん遺伝学から学び、病気の発症は、「その人のせいではない」。

精神疾患は、多因子疾患であり、一つの因子からのみ発症するのではない。遺伝といっても突然変異なども多く、つまり誰のせいでもない！ということです。

がん遺伝学の大家 Vogelstein, B.らは、がん発症に遺伝要因・環境要因に加えて偶然が大きく寄与することを生物統計学的手法で立証し、発症の大部分は「その人のせいではない」と言っている。(Tomasetti, C., Vogelstein, B. Science, 347: 6217-78, 81, 2015)

このようにがん研究でも明らかになったことが、精神疾患と「環境要因」についての研究でも明らかになってきているといえます。すなわち、**遺伝要因+環境要因+偶然要因（運因）**という考えです。

・小児期の逆境（精神的・身体的虐待、性的虐待、ネグレクト、いじめ、両親の離婚や喪失）と精神疾患への移行との関係が明ら

かになってきました。

Oon Him Peh ら: (Psychol Med 49,7 p1089 - 1101, 2019) が、超高リスク(ultra high risk)の人の精神疾患への移行を調べた研究 (Jim van Os ら: World Psychiatry 16,2 p200 - 206, 2017)、これらの文献を読むと、本人が自覚するもっと以前(出生前・周産期)からの因子と遺伝因子が積み重なり、精神疾患と関連していることが分かりますが、一方で「ハイリスクだから精神疾患へ移行しやすい」と決めつけることには、警鐘を鳴らしています。

「診断」へ誘導するのではなく、環境要因のリスクをきちんと捉え予防する、妊産婦ケアの必要性が示唆されていると言います。

7. ご自分の「人を浴びた」体験

おばさん、恩師、花街のカウンセラー、在日朝鮮（韓国）人の夭折（ようせつ）した友人、ターミナルケアの精神科医師、夫（家族）そして障がい児やその家族、患者さんなどなどがあり、これらの人たちとの交流や支えが、先生にとってはまさに良き環境因になったと考えられます。

そこでさらに「善意ある無関心」の大切さが説かれます。

自分の気持ちがまだ清算できていない時に関心を持たれて、いろいろ聞かれると後で後悔するような言葉を、言ってしまうかもしれない。口から出た言葉は、引き返せない。「言葉は、怖い」。両親の罵詈雑言を聞いて育った私の実感です。傍にいてくれて何気ない会話だけで十分な時もあるのです。

難しい技法や心理学の理論より、「具体的な生活支援+善意ある無関心」が大事だと思います。例としては、子供食堂、無料の学習支援、家事援助や里親制度などが考えられます。里親さんに、私を幼児期に育ててくれた、おばの姿が重なります。

8. いのちの電話の相談員、あるいは当事者をお願いしたいことは、この「善意ある無関

心」の大切さ。と今ひとつは「当てはないけれど待つ」という姿勢です。

「当てはないけれど待つ」。回復には、こうした強さも必要です。躓いた人を支える方はどうか「人薬」、「時間薬」をあげてください。人薬：信頼できる人に相談できる。孤立させない。仲間がいる。ということ。

時間薬：その人が回復するまで、周囲が焦らず待つこと。「待つ」というのは最大の支援かもしれません。

9. 自殺を考えている子どもへの対応

TALKの原則

誰かから「私は、生きていてもいいのかな？」と聞かれたら、皆さんは、なんと答えますか？ 自殺を考えている子供への対応にTALKの原則(文科省)というのがあります。Tell：はっきり言葉に出して「あなたのことを、心配している」と伝える。

Ask：真剣に向き合うつもりなら「死にたいと思っているのですか？」と率直に尋ねてもかまわない→ 自殺の危険を判断する第一歩になる。

Listen：死にたい気持ちを一生懸命受け止め、聞き役に回る。

Keep safe：その子を一人にさせない。

「しかし」、と先生は言われます。

TALKの原則は、もったもだと思うが…。実際に児童精神科をしているとその通りには

いかない。自分の力量に限界を感じます。「精神医学」では、人生は救えない。人生を救う必要のある子が、たくさんいます。

誰かを一生懸命に支えようとしても…先が見えない中を不安いっぱいに進み、気が付けば、失敗に終わっていることもあるかもしれません。

どんな結果であっても…自分の支援が、無駄に見えたり、合理的ではないと思えても、「へこたれないでください」。

人間一人を健康にするには…個人の努力だけでは、どうにもならないことが多いのです。

しかし支援者は、ささやかで大切なバトンのひとつです。遺伝要因。環境要因。偶然要因(運因)。これらの前では、人間は無力だけれど…「自分を認めてくれる人」の関りは何よりの「保護因子」なのです。回復とは人と時間がバトン・リレーのように、手渡しされながら成り立つものなのです。

10. 「人は、いつだって変われる！」

この言葉を信じて私は、これからもバトンのひとつになりたいと思います。

(文責：金子進之助)

夏莉郁子先生のご著書

「人は人を浴びて人になる」心の病にかかった精神科医の人生をつないでくれた12の出会い
ライフサイエンス出版

「自殺予防 いのちの電話」は、
悩み苦しんでいる人の“こころ”が和らぎ、
希望と勇気をもって
再び生きていかれることを願い
開設されました。

<http://www.inochinodenwa.org>

日本いのちの電話連盟

●主催：一般社団法人 日本いのちの電話連盟 ●後援：厚生労働省

(2016年8月10日から番号が変更になりました。)

ひとりじゃないよ
話をきかせて



自殺予防 いのちの電話

0120-783-556

◎毎月10日(月)24時間・無料です(※9:00-)

ご援助ありがとうございます

社会福祉法人大分いのちの電話 感謝状贈呈団体

大分いのちの電話の趣旨に賛同いただき、
永きにわたり資金援助をいただいた団体です。感謝申し上げます。

医療法人 善慈会 大分丘の上病院

大分東急ゴルフクラブ

大分みらい信用金庫

鬼塚電気工事株式会社

九州労働金庫 大分県本部

株式会社 佐伯建設

株式会社 プリメディア



いのちの電話 支援寄金の目録

去る2019年11月30日(土)開催致しました「第14回
2019年大分いのちの電話支援チャリティーコンサート」
は成功裏に終わり、来場者、出演者、スタッフ130名の方々
より、心のこもった献金が寄せられました。

この全額を大分いのちの電話運営資金の一部として
使って頂きたく、贈呈致します。

ささやかな金額ですが、一人でも多くの方の大切ないの
ちが救われることを微力ながら願っております。



1金.126,324円

2019年12月2日
讃美歌・典礼聖歌を歌う会
会長 野村 陽一

「讃美歌・典礼聖歌を歌う会」より
2019年11月30日(土)日本福音ルーテル大分教会で「大分いのちの電話支援チャリティーコンサート」が開催され、会場募金としてご寄付頂きました。心より感謝申し上げます。

ご援助ありがとうございます

2019年11月21日より 2020年3月25日までに、次の方々から合計 2,331,782 円ご支援いただきました。心より感謝申し上げます。(敬称略 50音順)

賛助会員 <個人の部 16件 122,000円>

★ 20,000 円 此本卓弥	岸田嘉夫 鳥巢岳彦	法雲トヨ子 宮川初子	河野昭三 古賀精治	生田次郎 小野伸子
★ 10,000 円 大西房子	藤井恵美	★ 5,000 円 伊東スミ子	★ 3,000 円 藤井涼一	加藤京子 藤村暁子

賛助会員 <団体の部 14件 360,000円>

★ 100,000 円 医療法人 畏敬会 井野辺病院 医療法人 向心会 大貞病院	佐伯印刷株式会社 フンドーキン醤油(株) ホテル日航大分オアシスタワー	大分友の会 株式会社オーイーシー 光国寺和光仏教婦人会
★ 20,000 円 (医)久真会 河野脳神経外科病院 (株)久光大分	★ 10,000 円 (医)靖和会 玄同内科医院 (株)トキハインダストリー	★ 5,000 円 医療法人 野口記念会 野口病院 日本キリスト教団三重教会

寄付金 <個人の部 51件 605,700円>

★ 100,000 円 佐藤寿子 帆秋忠俊 帆秋善生	勝谷齊 小林達也 小染矢順一 立川敏子 野田妙子 林マサノ 牧節子 夏苺郁子 吉原真理子 無名氏(3名)	金子進之助 ★ 6,000 円 加来広子 ★ 5,700 円 無名氏 ★ 5,000 円 小河幸 小野尚 古賀精治 高橋真理 高野キヨ子	三重野和子 無名氏(2名) ★ 3,000 円 芦原麻由美 瓜生田隆子 小野幹夫人 菅正人 清家テル子 成松真由美 松崎ヨシ子 幸トヨ子	無名氏(8名) ★ 2,000 円 鴛海秀太 豊永家壽子 増永眞由美 ★ 1,000 円 無名氏
-------------------------------------	---	--	--	--

寄付金 <団体の部 23件 644,082円>

★ 186,000 円 大分城西ロータリークラブ	★ 20,000 円 愛隣幼稚園	三好泌尿器科
★ 126,324 円 讚美歌・典礼聖歌を歌う会	★ 15,000 円 扇田保育園	★ 5,000 円 大分県保険医協会・大分県保険医協同組合
★ 70,000 円 日本キリスト教団大分教会	★ 10,000 円 日本バプテスト連盟大分キリスト教会	東九州設計工務(株)
★ 45,758 円 2019年度第1回自殺対策講演会募金箱	日本バプテスト連盟大分キリスト教会	双葉保育園
★ 40,000 円 教遵寺仏教婦人会	(医)織部消化器科	★ 3,000 円 日本基督教団犬飼教会 犬飼幼稚園
★ 30,000 円 (医)藤本育成会 大分こども病院	大分聖公会	やの薬局
	児童養護施設 光の園職員一同	厳浄寺
	TSI テックス	★ 2,000 円 社会福祉法人
	日本福音ルーテル大分教会女性の集い	放課後ディサービスたち スタッフ有志

助成金 <2件 600,000円>

★ 100,000 円 公益財団法人 毎日新聞西部社会事業団	★ 500,000 円 大分県共同募金会
--------------------------------	----------------------

資金ボランティアのおさそい

「相談員は無理だけど、何か奉仕活動ができるかな」と考えているあなた。どうぞ資金ボランティアとして、ご参加下さいませんか。

☞ 賛助会員(費) 毎年続けて決まった額を支援して頂くボランティア会員です。

個人A 年額 10,000円 B 年額 5,000円 C 年額 3,000円

法人A 年額100,000円 B 年額50,000円 C 年額20,000円

☞ 寄付金 金額はご随意です。いつでもお受けします。

(振込先) 口座名 『社会福祉法人 大分いのちの電話』

郵便振替 01990-9-24561 大分銀行 大分駅前支店 普通預金 357645

◆◆◆◆ あなたも相談員になりませんか ◆◆◆◆

ボランティア電話相談員養成講座 — 第37期生募集 —

<募集要項>

- ★受付期間 2020年1月15日～2020年4月30日
- ★講座期間 前期 5月12日～9月1日 / 後期 9月15日～2021年1月12日
- ★会場 コンパルホール 大分市府内町1-5-38
- ★受講料 前期 15,000円 / 後期 15,000円 (学生 10,000円)
- ★募集人員 50名 (先着順)
- ★受講資格 20歳以上で積極的に参加される方
- ★応募方法 事務局へ電話で「募集要項」をご請求ください。
- ★お問合せ 大分いのちの電話事務局 ☎097-537-2488

大分いのちの電話日誌

- | | |
|---|---|
| 12月1日 大分いのちの電話通信 第102号 発行 | 基調講演「人は、人を浴びて人になる」
—出会ったたくさんの人達の温かい言葉が私を変えてくれた—
講師 やぎつべの径診療所児童精神科医
医学博士 夏苺 郁子氏 |
| 10日 フリーダイヤル自殺予防いのちの電話 | |
| 11日 第2回 スーパーバイザー会 | |
| 1月 7日 第36期電話相談員養成講座後期課程A
修了式 | |
| 10日 フリーダイヤル自殺予防いのちの電話 | 15日 日本いのちの電話連盟
自死遺族支援合同研修会
勝谷事務局長 於:東京 |
| 15日 第37期電話相談員養成講座及び
第15回カウンセリング公開講座
受講生募集受付開始 | 17日 第36期スーパービジョン開始 |
| 25日 九州・沖縄地区事務局担当者会議 鹿児島
3名出席 | 25日 中津市ゲートキーパー養成研修会
講演 勝谷事務局長 |
| 28日 大分県人権擁護委員会研修会講演
勝谷事務局長 | 3月 7日 令和元年度第2回大分県自殺対策講演会
10月に延期(新型コロナウイルス感染への対応) |
| 2月 5日 大分県専修学校各種学校連合会定例総会
講演「若者の自殺対策」
講師 金子進之助理事長 | 10日 フリーダイヤル自殺予防いのちの電話 |
| 2月 7日 日本いのちの電話連盟研修担当者研修会
勝谷事務局長 於:京都 | 11日 第2回理事会(書面による審議) |
| 10日 フリーダイヤル自殺予防いのちの電話 | 25日 第2回評議員会(中止) |
| 11日 令和元年度第1回大分県自殺対策講演会
講演「児童虐待の現状と児童相談所の役割」
講師 大分県こども・女性相談支援センター
こども相談支援第一課
課長 小野 幹夫氏 | 25日 大分県共同募金会より配分金
50万円いただく |
| | 4月 1日 大分いのちの電話通信 第103号 発行 |

編集後記

『大分いのちの電話通信』も、第100号を越え、新たなステージに入りました。大分いのちの電話が主催の講演も、夏苺郁子先生をお迎えして、深い感銘を受けた方々が多かったようです。《暖冬》と言われながらも、やはり厳しかった寒い冬も過ぎました。俗に《1月が行った、2月は逃げた、3月は去った》と、言います。そして、春4月。卯月です。《卯》は、《開かれた門》を表しています。暖かな春は、しかし、精神的にも不安定な季節でもあります。寒さで閉じていた様々な事も、この春の門から出て来ます。相談員も、この季節は、色々な電話を受け、かなり大変な時期のようです。只々、体調を崩す事の無いように、願うばかりです。又、御寄付を頂いた方々に対しても、心より感謝申し上げる次第です。

(編集委員)