



相談員らの研修で各地のセンターをしばしば訪れる齋藤友紀雄さん。千葉いのちの電話相談室で、遠藤真梨撮影

自殺予防の電話相談、全国に広める

## 齋藤友紀雄さん (70)

日本いのちの電話連盟常務理事

# 「生きていてほしい」が原点

「いのちの電話」は、24時間365日休まない「眠らないダイヤル」だ。71年に東京で開設されて以来、誰かの孤独な苦しみにボランティア相談員が耳を傾けている。齋藤さんは、この活動の「生き字引」だ。

都内の教会で牧師をしていた70年、ドイツ人宣教師の「欧米でやっている電話相談を日本でも始めたい」という訴えに共感し、いのちの電話の設立準備に加わった。

一方、恩師が米国で宗教心理学を学んでいた縁で71年に渡米し、総合病院で働いた。米国では宗教家のカウンセリングが制度化されて

いて、交通事故や自殺未遂など、心身の傷ついた人々と接した。「心の危機」をケアする重要性は、日本ではまだ注目されていなかった。「まさにいのちの電話の役割だ」と感じた。

帰国後、いのちの電話に専念するため、事務局長に就任した。東京での活動は定着していったが、さらに全国に広めたいと77年、各地で電話相談をしていた代表者が集まった席で「日本のいのちの電話連盟」の結成を提案した。「宗教や政治思想とはかかわらない」が原則で、基本理念や運営のルールをまとめた。これを機に、草の根の市民運動と

して広がった。現在、連盟に加盟しているのは49センター、分室を含めると52カ所。活動費で2年間の研修を受けた相談員は無償ボランティアで、全国で7500人が登録している。相談件数は05年の1年間だけで71万件。電話は鳴り続け、つなぐににくいのが悩みの種だ。仕事の大きな部分は事業運営のための資金集めだった。創設当時は「電話で自殺を防げるのか」と効果を疑問視する声もあったが、徐々に協力者が増えた。「多くの人々の支援と、相談員の努力なしには続かなかった」。パブル崩壊後で

も、「いのちの電話なら」と支援を続けてくれた企業がいくつもあった。時代とともに、相談の方法も変わってきている。昨年、東京がインターネット相談を、仙台と千葉のセンターが自殺で家族を失った遺族のための支援活動を始めた。新しい事業は手探りの状態だが「誰かの苦しみに耳を傾ける」という理念は電話と変わらない」と話す。

## ボランティアの草分け 防衛医科大学校教授・高橋祥友さん

自殺予防の取り組みで着実な活動を続けてきた「いのちの電話」の役割は大きく、各地に広がる活動を束ねてきたのが齋藤さんです。分け隔てのない人柄で、ユーモアの持ち主でもあり、行政とボランティア、学者、医療者らをつなぐ橋渡し役になっています。97年に国際自殺予防学会が優れた実践活動に贈る「リング

ル賞」を受賞し、国際的な評価も高いのです。今でこそボランティア活動は定着しましたが、齋藤さんは30年以上前から、行政に頼る前に草の根で動き、その概念を根付かせました。地域ごとに質の高い相談員も育てていて、一般の人への教育・啓発活動という面からも高く評価されます。