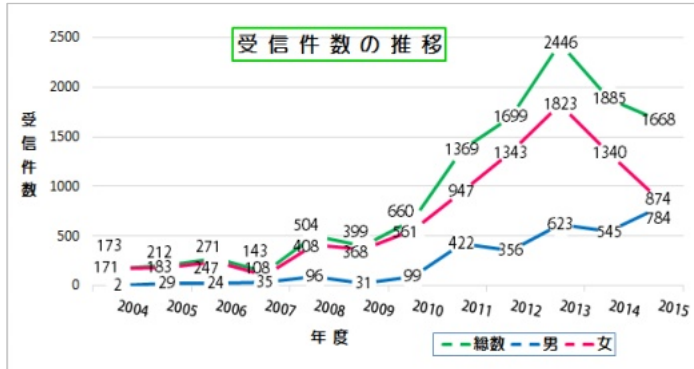


# めくもりほっとぷれす

NUKUMORI HOT PRESS

発行 NPO法人傾聴グループ  
めくもりほっとらいん  
代表 渡邊 晴代  
〒275-0021 習志野市袖ヶ浦6-9-2  
TEL/FAX 047-451-7300  
http://www.nukumorihotline.org/  
編集責任者 吉野 秀子

## 2015年度 傾聴電話を振り返って



2004年10月に開設をスタートした「傾聴電話」の活動は、今年で12年目を迎えました。電話をかけてくれた人が、話を少し楽になれるよう、自ら悩みの解決策を見つけれられるよう傾聴を心がけて聴くことを目標に続けてきました。

活動初年度は電話の呼び出し音が1日に1回、鳴るか鳴らないかという状況でしたが、今では話を終えて受話器を置くとすぐに次の電話がかかってくるということが多くなりました。

12年間で大きく様変わりした傾聴電話活動を、昨年度のデータから振り返ります。

### ★ 受信件数の推移 ★

知名度もなく、週2日の開設だった初年度の受信件数は173件でした。その後、公共施設や病院などにカードを置かせてもらったり、配布したりして広報に努めてきました。

2006年度から開設を週4日に増設し、2008年3月にNPO法人を取得しました。NPO法人となり、様々な場面で傾聴電話を知ってもらう機会が多くなり、受信件数は年々増え続けました。

2013年頃まで、10分以内の通話が無料という電話会社のサービスを利用していただけでしたが、翌年度にこれが廃止され、受信の件数が減少しました。

昨年度の受信総数は1668件でした。リピーターが多く、またインターネットを見てかけたという県外の掛け手も少しずつ増えています。

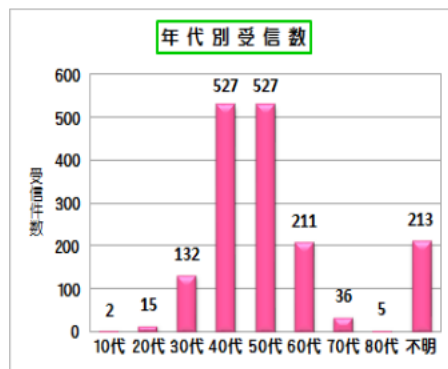
開設開始時に総件数の1割程度だった男性の利用が飛躍的に増加しました。昨年度は女性874件に対して、男性784件と男女同数に近づきつつあります。

### ★ 年代別受信件数 ★

私たちは、電話の最後に任意でアンケートを取っています。

そこで答えてくれた人の年代を左のグラフにしました。

一昨年度まで40代の利用者の割合が突出して多かったのですが、昨年度は偶然にも40代と50代の利用者の件数が同数になりました。

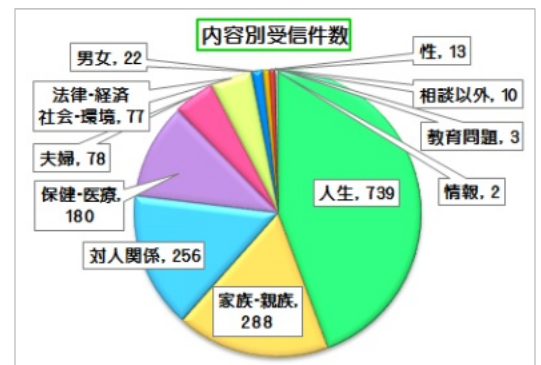


### ★ 内容別受信件数 ★

電話では様々な悩みが話されます。

家族、身内との関係に悩んだり、憤りを感じたり、友人・知人・ご近所とのつき合いに納得がいかなかったり、落ち込んだりという40代、50代の女性の姿が浮かび上がってきます。

また男女とも、思いも寄らなかった心の病を患ってしまい、将来の不安を抱えながら、孤独な気持ちで口にする人も多くいます。



いくうちに、自分がどう生きていったらよいのかと、自分に向き合い変わっていく姿に、受け手をしている私たちが励まされず。

「私の気持ちをわかってもらえてうれしい。」「この電話で密度の濃い話ができるのが心の支えになっている。」「モヤモヤした気持ちを言葉にして話し、関わってもらっているうちに自分で答えが出せた。」「今まで誰かと話すことに意味がないと思ってきたが、話してみても自分の手を整理できた。」「こんなかけ手のことを聴けることが私たちの喜びです。」

これからもかけ手の立場に立ち、掛け手の気持ちを理解する受け手となれるよう、各メンバーが研鑽を重ねていきます。