

## 東日本大震・被災者支援 電話相談等関連支援活動

1. いのちの電話被災者支援フリーダイヤルの設置
2. いのちの電話被災者支援フリーダイヤル統計資料
3. JR東日本「いのちのホットライン」実施
4. 東京英語いのちの電話および国際医療隊・災害支援チーム  
の活動について
5. 河北新報社説添付

## 1. いのちの電話被災者支援フリーダイヤルの設置

- ①電話番号0120-556-189 **こころ いちばん やさしく**
- ②発信地域限定・・・岩手県：宮城県：福島県：茨城県のみ受付
- ③固定電話、公衆電話、携帯電話通話可能
- ④期間・時間限定：2011年3月28日(月)～4月9日 8時～22時
- ⑤主催・・・一般社団法人日本いのちの電話連盟
- ⑥相談の趣旨：情報提供や専門的指示ではなく、対等な市民の目線で喪失にともなう  
悲しみや痛みをしっかりと受けとめること。
- ⑦いのちの電話の研修を受け、認定されたボランティア相談員  
全国をフリーダイヤルによるオンライン・ネットワークを組んで実施

### 相談内容の概要

- 悲しくて辛くて電話しました ○結婚を誓った大学の友人が行方不明（泣きながら）
- 余震が怖くて 怖くて眠れない ○誰かと話がしたい ○当たり前と思っていた今までが贅沢だった
- お母さんもおばあちゃんも津波で死んじゃった
- お父さんは消防団員なのでほとんど帰ってこない、どうしたらよいか
- 家のローンがある ○会社が休業、家の片付けなど家族がギクシャクで不安が一杯
- 報道ニュースではいいとこばかり取りあげている、現場は本当に大変、
- 心の愚かさ、醜さをつくづく感じる ○どこに避難したらいいのだろうか途方にくれる。
- 買いためで苦勞、ガソリンがない
- こころの病気で緊張があって仕事ができない
- 夫は会社勤務で日中不安だ、地域支援センターに電話したが不安はとれない
- 統合失調症の長男が怖がって家には入れず、車の中で生活している
- 震災後娘が働く意志を失い、口数が少なくなった、どう接してよいか
- 断水のため身内で集まって食事をしているが疲労と不安で、日ごと関係がギクシャク
- うつ病が悪化して、どうしたらよいか不安。
- 家が一部陥没、瓦が壊れたが家族は一緒、でも眠れない
- アパート取り壊しになるか心配だ、どこへ行けばいいのだろうか
- 被災地で精神障害者に対して、物を与えればとよいという目線が気にくわない
- 余震が不安で動けない、この電話で話せてうれしい
- 自分より大変な人がいるのにとすると食べられない
- 内定取り消しになり、退職金を取り崩しなくなった
- 地震・津波は天災だけど、原発は人災、原発は不安だ、政府は隠している
- 生後2ヶ月の赤ちゃんがいる、ミルクがない、オムツがない

- 食料が1週間しかない、精神疾患、狭心症があり不安、余震が怖い
- 誰かに話したかった。繋がってよかった。やっと電気がついてよかった
- 前から死ぬつもりでいたが、今は津波で溺れた人に代わって死にたい気持ち
- 生き残ったことに罪悪感を覚える
- 西日本にあるいのちの電話に繋がってほっとした、日本中で心配してくれていてうれしい

以上のように被災関係の相談が多く、主訴を自殺とするものは少なかったが、それでも相談総数1,515件のうち、118件、7.8%が自殺志向であった。

## 2. いのちの電話被災者支援フリーダイヤル統計資料

(別紙添付ファイル参照)

## 3. JR東日本「いのちのホットライン」実施

この企画は2000年に初回が実施され、今回で通算4回目となる。人身事故が多発するJR東日本に要請を受けて実施したものであるが、2009年度から内閣府提唱の「自殺防止強化月間」(3月)に応じたものである。JR側はこれに先立って「いのちのホットライン」のポスターを駅舎、電車内等に掲示これに備えた。また駅員などによる駅構内パトロールなどが企画された。ところが3月11日、突如発生した東日本大災害に直面し、企画そのものの実施が危ぶまれた。しかし災害時こそ、このようなホットラインが必要であるとのJR側の英断もあり、予定通り実施された。

今回2010年度は3月19日、20日、21日による17時から23時までの計12時間実施、相談員は連盟所属の研修関係者らを中心に15名が参加した。

受信した相談件数は121件で、昨年度より7件増であった。

相談の内容としては、予想した通り被災関連の相談も相当数見られた。被災による恐怖、あるいは死別経験などを訴えたものは少なかったが、災害以来うつ病がひどくなったなど精神疾患や自殺との関連で災害に言及した者が17件あった。しかし圧倒的に多数を占めたのは、うつ病や統合失調症など精神疾患にかかわる訴えで、46件(38%)であった。ことにうつ病関連が多数を占め、自殺予防のためには初期の目的を達しえたと考える。自殺念慮を訴えたものはほぼ25%であった。JRの人身事故担当者に聞くと災害後、JR施設内での自殺は減少しているようである。

#### 4. 東京英語いのちの電話および国際医療隊・災害支援チームの活動について

東京英語いのちの電話 (Tokyo English Life Line) は1973年の創設以来、英語圏の在日外国人の相談機関として長い実績を持っている。

今回は米国から「国際医療隊・災害支援チーム」(International Medical Corps) から Ms. Inka Weissebecker, PHD, MPH を迎え、外国人および日本人を対象にした支援者のための研修会を急遽設定した。英語いのちの電話、東京いのちの電話および仙台いのちの電話の相談員および在日外国人学校の教師らを対象に、ストレス解消についての心理的支援 (Emotional First Aid) の研修を実施した。

(TELL の英文図表)

#### 5. 河北新報社説添付

いのちの電話震災ダイヤル統計(1515件)

問題別

問題	全体			自殺志向		
	男	女	総計	男	女	計
01. 人生	365	263	628	39	32	71
02. 家族	28	88	116	1	10	11
03. 夫婦	5	14	19	0	2	2
04. 男女	11	4	15	1	0	1
05. 対人	27	17	44	0	1	1
06. 医療	153	143	296	9	14	23
07. 教育	1	3	4	0	0	0
08. 性	55	2	57	1	0	1
09. 法律経済	41	37	78	3	5	8
10. 情報提供	27	23	50	0	0	0
11. その他	177	31	208	0	0	0
総計	890	625	1,515	54	64	118

年代別

年代	全体			自殺志向		
	男	女	総計	男	女	総計
01. 小学生	1	0	1	0	0	0
02. 中学生	0	1	1	0	0	0
03. 高校生	5	2	7	0	0	0
04. 以外	2	4	6	0	1	1
05. 20代	44	54	98	9	8	17
06. 30代	309	184	493	22	22	44
07. 40代	202	135	337	16	10	26
08. 50代	143	78	221	3	10	13
09. 60代	42	51	93	1	6	7
10. 70代以上	8	14	22	0	1	1
11. 不明	134	102	236	3	6	9
総計	890	625	1,515	54	64	118

	男	女	計
念慮	48	58	106
危険	5	6	11
予告・通告	1	0	1
実行中	0	0	0
計	54	64	118

March 15, 2011

# JAPAN 2011 EARTHQUAKE NEWS, HELP & RESOURCES

TELL (Tokyo English Life Line) has provided counseling and support to the international and Japanese community for almost 40 years. Now, in this challenging time for everyone living in Japan, we are here to help you and your loved ones more than ever.

Hello Friend of TELL,

On the TELL website, we've compiled a concise list of news articles, helpful information and emergency resources in English.

[Visit our website](#)

Having difficulty understanding what's happening in the aftermath of the Japan 2011 Earthquake? Find the information you need in one place, including emergency phone numbers, the Kanto Blackout Schedule, Disaster Message Boards and information sources.



[Get the latest news updates](#)

We all want to do our part to help those who have lost their homes in the northeast. There are several programs set up to distribute money, food and other much-needed resources to those who need it most.

[Donate to the relief efforts](#)

For those in emotional distress, TELL is an accredited non-profit organization that offers three core services - a free telephone lifeline, professional face-to-face counseling, and testing/counseling services for children and families. Our website also has many helpful articles:

- [Learn how to cope after the earthquake](#)
- [Stress-reducing techniques for adults & children](#)

For more information on TELL services, please visit our website or contact us by phone at our offices.

Sincerely,

**Your friends at TELL**



LIFE LINE  
03-5774-0992

TELL Counseling Center  
03-4550-1146 (English)  
03-4550-1147 (日本語)

TELL Business Office  
Tel: 03-4550-1191  
Fax: 03-4550-1192  
Email: [lifeline1@telljp.com](mailto:lifeline1@telljp.com)

If you no longer wish to receive these emails, please reply to this message with "Unsubscribe" in the subject line or simply click on the following link: [Unsubscribe](#)

Tokyo English Life Line (TELL)  
Wesley Center 2F, 6-10-11 Minami Aoyama  
Minato-ku, Tokyo 107-0062  
JAPAN

[Read](#) the VerticalResponse marketing policy.

