



## 社会福祉法人 京都いのちの電話 ニュースレター

第120号

### 相談電話

075-864-4343

24時間 年中無休

ナビダイヤル 0570-783-556

## 「聴くということ」 ～司法書士の想い～

山口 基樹 司法書士・京都いのちの電話評議員



### はじめに

司法書士と相談者との関わりは、事務所での相談や司法書士会の行う相談会から始まります。そして、相談者から相談内容を聴いた後、必要に応じて相談者から手続きの依頼を受け、業務が開始します。この業務の開始に至る過程の中で、大切なスキルとして聴く（傾聴）ということがあります。

### 司法書士にとって聴くことは難しい

しかし、聴くということは司法書士にとって、難しいものだと思います。相談に来られる人は、多種多様であり、またその気質も色々です。専門知識に対応することだけでも大変なのですが、性格の違う様々な人に適切に対応していくのは、難しいです。相談者によっては、何をどのように話しているのか分からない人もいますし、意思の表明に困難を抱える相談者に対しても適切な方法を用いて意思の表明を支援しながら必要な情報を過不足なく聴くというのは、そう簡単ではありません。また、司法書士会等で実施する相談会では、限られた時間（30分）の制約の中で、対応しなければならないということもあり、聴くことに困難が伴います。さらに、会社の登記にかかる相談では、事務的な内容が多く傾聴する場面は少ないといった特徴があります。相談者の特性や相談内容に合わせて、柔軟にかつ適切に相談するという事は、難しいと思いますし、訓練と経験が必要です。私自身も相談終了後に、これでよかったのかと思うことがよくあります。

以上に加えて、司法書士側のある理由から聴くことが困難になります。相談者を何とかしてあげたいという強い意思（欲求）が生まれると、どうしても話しの内容が解決モードになり、伝えることが中心となってしまいます。また、相談過誤を気にするあまり、丁寧な説明となり、相談者が望んでいない過剰な説明を行うこともあります。相談者の気持ちにまで意識が及ばなくなるのです。しかし、いくら説明したとしても相談者が記憶できる情報量はそんなに多くありません。そして、時間の経過とともにその記憶は薄れていき、相談者にとって都合のよい部分だけが記憶として残るということがあります。したがって、司法書士にとって聴くということは、これらの感情と折り合いをつけながら行う必要があります。しっかり聴いてから伝えることが基本であり、聴く側の気持ちを優先することのないように気をつける必要があります。

### 聴くことの意義

相談では、相談内容に関し、説明や助言をすることになります。そのためには、問題にたいする事実関係の正確な把握をすることがあります。そして、相談者の主観・客観面を十分に聴けたときに相談者は、話を聴いてもらったという満足感を得ることになります。このことは、法的判断を伝えるにあたって、その結果を受け入れやすくするという効果を生みます。例えば、自己破産の相談の場合に、債務額と収入を聞いてすぐに自己破産を助言するようでは、相談者はその結果を受け入れることができません。一縷の望みを抱いて相談に来られている依頼者への配慮に欠けるからです。誰でもしたくないことや困難なことに向き合うには、覚悟が必要です。相談に至った経緯についても十分に共感して聴いたうえで、法的判断をお伝えすることが、相談者が勇気をもって困難に向き合う力となります。また、相談者は問題の「解決」を求めて相談に来られているとしても、解決方法は一つではないこともあります。この場合は、複数の解決案なるものを提示し、それぞれの解決案のメリット・デメリットを説明したうえで、相談者に解決方法を決めてもらう必要があります。その後の人生を歩むのは相談者です。その人生を決定できる人は、相談者しかいません。司法書士にできることは、一緒に考えながら伴走することまでのように思います。さらに、法的解決が困難な相談もあります。このような事案では、聴く以外にありません。しかし、この聴く姿勢が相談者を支える大きな力となるように思います。数年後に相談者にお会いした際に、相談者が記憶されているのは、どのような手続きをしたかではなく、どのような言葉（共感的理解）で話していたかということのほうが多いように思うからです。

### 聴くことの効用

「蟪蛄（けいこ）春秋を知らず」という荘子の言葉があります。蟪蛄（＝セミ）は、夏の盛りに地中から出て短い生涯を終えます。地中から出てくる前に、春という季節があったこと、命を終えた後に秋がやってくることを知りません。司法書士も限られた職域の中で、聴くということを行っているにすぎません。心理職に携わっている専門職の人や他の士業の人がどのように聴いているのかわからないのです。さらに、曇鸞大師は、荘子のこの言葉に「伊虫（いちゅう）あに朱陽（しゅよう）の節を知らんや」との言葉を加えています。春や秋のことを知らない伊虫（＝この虫）は、朱陽の節（＝夏）を知る

(1面から続き)

こともできないというのです。そうすると、司法書士も蟬と同じということになるのかもしれませんが。それでも、私自身は、相談者の想いに触れることで、少しずつですが分かってきたことがあります。それは、自分自身というものの正体です。相談者のいろんな生い立ちを知り、想いを聴いて、様々な価値観に触れ、自身と対比する中で自分というものが臍気ながら見えてきたように思うのです。知らず知らずの間に、相談者によって、教えられ、気づかされる中で、育ててもらっていたように思います。これが聴くことの効用であり、飛躍した考えかもしれませんが司法書士に限らず全ての人についても通じることのように思えるのです。蟬には、夏という時間がある、蛙には、古池や井戸に住む場所があります。蟬と亀の生きる時間が短いか長い、蛙と渡り鳥の住む場所が広い狭いかを比べたところで、命のバトンのつなぎ方の相違ぐらゐしか意味がないように思います。共に、昔からこの地上に存在する命であって、命の尊さに変わりはありません。そう思うと、限られた時間を生きる者として、「今、ここ」の出会い(相談)がますます輝いて見えてくるのです。

### 聴くことをめぐる社会の変化について

社会は日々変化し、従来の考え方も変化します。今、世界ではSDGs(持続可能な開発目標)の考え方が広がっています。司法書士の世界でも、障害者権利条約の批准により、成年後見制度については、代行的意思決定を廃止し、支援付き意思決定に転

換することが求められています。本人の保護から本人の自己決定権の尊重に向けた流れが進んでいます。また、令和6年4月1日には、不動産登記法の改正により、相続登記申請の義務化が施行されることとなります。正当な理由がないにもかかわらず、相続人となったことを知った時から3年以内に相続登記をしないと過料に処せられる場合が生じます。相続開始後間もない遺族の方の相談が増加することが予想されます。これらの変化の中にあつて、聴く(傾聴)ということの価値は、今後ますます重要なものになっていくように思います。いのちの電話の相談は、これまでも聴く(傾聴)ということを中心にしてきました。社会の変化がいのちの電話の考えに近づいてきたのかもしれませんが。

### 写真について

令和4年11月の寒さの厳しかった日のよく晴れた朝、妻が玄関にいる蝸牛(かたつむり)の写真を私のスマートフォンに送ってくれました。陽だまりを求めてゆっくり進んでいく蝸牛の姿に、生へのひたむきな姿を見ました。いのちの電話がこれからも困難を抱えた人たちにとって、陽だまりのような場所であってほしいとの願いを写真に込めました。



## 活動報告

### 〈京都いのちの電話 開局40周年記念事業〉

・『ニュースレター特別号』『40周年記念誌 聴く 感じる 思う 考える』発行  
両誌共に、編集チームで検討を繰り返しながら作成しました。「相談員の思いが身近に感じられた」「自分の生き方、考え方を見つめなおしてみようと思う」等の感想をいただきました。

・『新相談員・新千時間メンバーを祝う会』『40周年記念公開講演会』開催  
2022年11月13(日) 於: ウイングス京都

コロナ禍で延期となっていた認定式・表彰式を3年ぶりに行いました。また、40周年記念公開講演会「ことばと生きなおす力」(講師:柳田邦男氏)を開催しました。参加された方は熱心に聞き入れ、「生きなおすことについて、今の自分にぴったりの内容だった」等の感想をお聞きました。

〈『花と名曲』いのち奏でるコンサート(出演:京都カルテットdeMoone)・ミニバザー 2023年1月22日(日) 於: 京都府民ホールアルティ〉

3年ぶりに、京都いのちの電話主催で開催いたしました。たくさんの方にご来場いただき、美しい音楽と生け花、手作り品のミニバザーをお楽しみいただきました。



『ニュースレター特別号』『40周年記念誌』



『40周年記念公開講演会』



『新相談員・新千時間メンバーを祝う会』



『花と名曲 いのち奏でるコンサート』

事務局日誌	4月 8日(金) 京都府総合教育センター電話相談研修会(～4/15 全2回)(中瀬真弓事務局長)	『「話す・聞く」は「生きる力・生きる喜び」』(末松渉氏)(於:ホテルビナリオ嵯峨嵐山)(スーパーヴァイザー・事務局)
	23日(土) 45期養成講座受講者面接	19日(水) 京都府知事・京都府社会福祉協議会メンバーとの懇談会(平田真貴子理事)
	5月 10日(火) 内部監査(会計・業務)(石田晋治監事・佐藤剛監事)	11月 1日(火) IND 相談員全国研修会・交流会(11/1～12/31)(オンライン)
	12日(木) 第104回理事会	13日(日) 『新相談員・新千時間メンバーを祝う会』『40周年記念公開講演会 ことばと生きなおす力』(柳田邦男氏)(於:ウイングス京都)
	14日(土) 45期開講式(1年次研修～2023.3月)(岡田盾夫氏・中瀬真弓氏)	15日(火) 精華町傾聴ボランティア 傾聴講座 講師(中瀬真弓事務局長)
	26日(木) 福知山市自殺対策協議会(中瀬真弓事務局長)	28日(月) 福知山市自殺対策協議会(中瀬真弓事務局長)
	30日(月) 京都市監査指導課・監査説明会(中瀬真弓事務局長 他)	12月 7日(水) 京丹後市「こころ・いのち・つなぐ手」研修会 講師(中瀬真弓事務局長)
	6月 1日(水) 第84回評議員会	13日(火) 京都ワイズメンズクラブ・クリスマス例会(中瀬真弓事務局長)
	2日(木) 洛北ロータリークラブ 寄付金贈呈式(中瀬真弓事務局長)	2023年
	20日(月) 京都府社会福祉協議会 評議員会(平田真貴子理事)	1月 18日(水) 京丹後市「こころ・いのち・つなぐ手」中級者向け研修会 講師(中瀬真弓事務局長)
	7月 12日(火) 京丹後市自殺ゼロ実現推進協議会(中瀬真弓事務局長)	20日(金) 市民対象・初心者向け傾聴講座(～2/25・全3回)(於:ウイングス京都)(中瀬真弓・高田育子研修委員・研修スタッフ)
	22日(金) NTT労働組合 寄付金贈呈式(中瀬真弓事務局長)	22日(日) 『花と名曲』いのち奏でるコンサート(京都カルテットdeMoone)・ミニバザー(於:京都府民ホール アルティ)
8月 24日(水) 久御山町傾聴ボランティア・傾聴講座 講師(中瀬真弓事務局長)		
9月 1日(木) 京都市 孤独・孤立に関する連携協定 締結		
11日(日) 自殺予防学会シンポジウム熊本(リモート)(中瀬真弓事務局長 他)		
10月 5日(水) JR西日本あんしん社会財団後援 いのちの電話近畿ブロック合同研修会		

\*詳細は次回「事業案内第40号」(2023年7月発行予定)に掲載いたします。

コラム

# 聴く 考える 思う

精神科医 北村隆人

東洞院心理療法オフィス / 太子道診療所精神神経科

## 嘘をつく本当の気持ち

心理的問題を抱えた人の相談にのっていると、嘘が問題になることがある。たとえばアルコール依存症の方の中には、飲酒していても、その事実を知られることを恐れて「飲んでいない」と言ってしまう人がいる。こうした嘘は、当事者の言葉を信じる援助者に、「だまされた」という思いを引き起こし、支える意欲を低下させかねない点で大きな問題となる。

援助者がこうした嘘に直面した時、念頭に置いておきたい言葉がある。谷川俊太郎さんの詩の一節だ。

いっていることはうそでも  
うそをつきもちほんとうなんだ

(谷川俊太郎 (1988) 『はだか』 p8)

この一節について、別の場所で谷川さんはこう説明している。

嘘をつかれたとき、相手がどうして嘘をついたのかを考えると、嘘にかくされた本当が見えてくることがある。……嘘をつかずに生きていくことは誰にもできないのだから、嘘を自覚しながら嘘といっしょに生きていこう。

(谷川俊太郎『答えのない道徳の問題 どう解く?』ホームページ)

もちろん嘘はそのまま放置していると、次第に肥大化する恐れがあるため、援助者はタイミングを見ながら嘘を指摘することも必要となる。ただその際、念頭に置きたい点が二つある。

一つは、嘘に頼らざるを得ない人は、「嘘つき」といわれる恐怖や、嘘を暴かれる不安をいつも抱えているという点だ。そんな人に援助者が十分な配慮をしないまま嘘を指摘すれば、その人は非難されたと感じて、さらに嘘の世界に逃げ込まざるを得なくなるだろう。

もう一つは、そうした人の嘘は、自分を守ろうとする努力の表れとしてもとらえられるということだ。読者の中にも思春期の頃、親の関与から逃れたくて、デートに出かける際に「図書館に出かけてくる」などと嘘をついたことのある人がいるだろう。そのように人は、他者から自分の心を守るために、嘘に頼らざるを得ないことがある。

私たちは程度の差こそあれ、誰もが嘘をついて生きている。だから嘘を否定するばかりでは、嘘とうまくつきあうことができない。嘘は多面的なものであることを理解し、嘘をついてしまう人間の弱さを受け止めながら、その背後に存在するはずの、本当のことと向き合おうとするその人の部分を信じて関わる。そのようなバランスのとれた姿勢を援助者がとり続けることができれば、嘘に頼らざるを得ない人が本当のことに開かれる可能性は、少しずつ高まっていくだろう。



### 受信件数

2022年4月1日～ 2023年1月31日	14,633件
開局以来 (2023年1月31日現在)	853,769件

### 自殺予防 いのちの電話

なやみ こころ

☎ 0120-783-556

【時間内無料です】

毎日 16:00～21:00

毎月10日 8:00～翌日8:00



わたし

わたしというのは  
朝から晩まで わたし  
どこまでいっても わたし

そんなわたしが  
電話の向こうの あなたを思うとき  
わたしは わたしでなくなる  
あなたの苦しさや悲しみを聞き  
やりきれなさを感じ  
あなたの怒りを思い  
どうしたらいいのかと考える  
でも  
わたしには答えが出せなくて  
つらいあなたを思うばかりで  
ことばをさがしている

それでもあなたと話せたことを考え  
電話を終えたとき  
ほんの少しだけ  
わたしのわたしになっている

(T)

# いまこそ、あなたの**力**と大切な**時間**を 私たちの活動に分けて下さいませんか

## 2023年度 第46期 ボランティア電話相談員を募集しています

応募資格：20～68歳の方 (職業・経験不問 こころざしのある方)	受講料：1年次 前期26,000円・後期15,000円 2年次 10,000円
養成期間：1年次 2023年5月13日(土)～2024年3月 2年次 2024年4月～2025年3月	場 所：京都市内 (公共交通機関利用可能・受講決定後にお知らせします)
講座内容：1年次 講義・グループ研修・実習 2年次 インターン実習および各種研修 * 講座は土曜日が中心です	募集期間：2023年4月12日(水)必着 * 募集要項、申込書はHPからもダウンロードできます。

### 相談員の声

私たちの活動は、ハチドリが森の火事を消すために、くちばしで何度も一滴ずつ水を運んでいるようなもの。(南米アンデス地方の民話)  
役にたちたいとか、誰かのためとかではなく、自分ができることをやっているだけです。(相談員18年目)

## 第46期ボランティア電話相談員養成講座 説明会

2023年3月21日(祝・火) 午後2時～4時(受付開始1時30分)  
於：ハートピア京都(市営地下鉄 丸太町駅 徒歩5分)

1. 講演「私たちが必要とされるわけとその役割」  
～この社会が京都いのちの電話に求めるものとは～  
講師 岸田 美保 氏 (京都いのちの電話 研修委員)
2. 養成講座の説明・質疑応答

入場無料  
要申込み



\* 感染症の影響等により、内容が変更になる場合がございます。  
詳細はホームページ又は下記事務局へお問い合わせください。

### 資金ボランティアのお願い

京都いのちの電話の活動は、みなさまからのご支援により運営されております。  
あなたも京都いのちの電話を支えるおひとりになっていただけませんか？

- 千人会費は(個人)年間1万円、(法人・団体)1万円・5万円・10万円です。
  - 自由な金額をご賛助いただくこともできます。
  - 遺言・遺産のご寄付も承ります。
- \* 会費と寄付は税法上優遇措置が受けられます。  
\* 銀行振込の場合、ご住所をお知らせください。領収書をお送りいたします。

振込先は以下のいずれかになります。  
郵便振替：01050-0-44782  
銀行振込：三菱東京UFJ銀行京都支店 普通299707  
京都銀行帷子の辻支店 普通130302  
口座名：社会福祉法人 京都いのちの電話

### 編集後記

〈広報チーム 新メンバーより〉

認知症とともに生きるまち大賞を〈北見・翼をくださいプロジェクト〉が受賞。自分の希望、お願い等をヘルプカードに書いておいて地域の人に見せると、手伝ってもらったり話を聞いたりしてもらえるそう。「前向きな気持ちになれた」と話している方の笑顔が印象的。いろんな人とともに生きる社会は温かい。(I)  
まさかニュースレターの編集担当になるとは思いませんでした。まさかといえば、先日古い友人から突然メールが来て、「映画を作ったんやけど、予告編6シーンに英語の字幕が必要になった。頼むわ・・・」。何それ、そんなできひんわ、と言いつつ結局OKし、2日間苦しくも楽しい時間を過ごしました。人生に3つの坂あり。(K)

### 社会福祉法人 京都いのちの電話

事務局：〒616-8691 京都西郵便局私書箱 35号  
TEL. 075-864-1133 FAX. 075-864-1134  
URL. <http://kyoto-lifeline.com/>  
(9:30～17:30日・祝日休)

発行人：平田 哲

編集：京都いのちの電話 ニュースレター広報チーム