



社会福祉法人

香川いのちの電話

通
信

第83号

相談電話 みみをかたむけなやみゼロ 087-833-7830	FAX相談 むつんでいちばんしみみ 087-861-4343 (24時間年中無休)
--------------------------------------	--



やしまーる 屋島やその周辺地域の自然や歴史、文化などの魅力を広く発信し、
写真提供 宮武則明 これらを活用した様々な交流、学習の機会、憩いとふれあいの場を
提供する施設

「怒り」と癒しの電話

臨床心理士 川田 行雄

相談電話を受けていて、対応に苦慮する電話の中に「怒り」の電話があります。特別に相談員が失礼なことを言ったわけでもないのに、些細なことから激しく相談員を口撃してこられるのです。それだけ腹を立てたのなら、もう二度と電話をかけてこないかといえ、そうではなくて、くりかえし電話をかけてきては、あいかわらず暴言をあげせたり、説教をしてきたりと、相談員をやりこめることが目的かのように感じてしまうことがあります。

常識を超える暴言というものも、暴力と同じことですので、被害を受けてしまった相談員は傷つき、電話をとることに恐怖すらおぼえるようになってしまったりします。一方的な暴力からは逃げるしかありませんが、電話は先方からいつでもかけてくれますので、犠牲者をふやさないことはとても難しくなります。

人の「怒り」は人から「もらって」しまうものです。子どもでも、たくさん大人に怒られる子どもは、叱られないかと思いつねにイライラしていますので、自分より弱いものに対してはためこんだ「怒り」をぶつけてきます。怒ることも大人をまねてしまうのです。子ども時

代に蓄積された「怒り」は、「怒る」というネガティブな模倣というかたちで大人になっても意識しないままにくりかえされます。昨今SNSなどの攻撃的な書き込みが問題となっていますが、これなども、世の中が人を「叱る」社会に変化してきているからかもしれません。

電話でよくお叱りになるある方が、相談員を説教する際に、「保健室の先生」みたいになりなさいといわれたことがありました。おそらく学校でも「叱られる」ことの多かったかもしれない子ども時代、唯一慰めてくれたのが保健の先生だったのでしょうか。そして電話の向こうにその先生を求めて、繰り返しダイヤルをまわしてこられているのではないかと想像しました。いのちの電話は誰にとってもこの保健の先生になれたらと思うとともに、家庭も含めて「怒る」というネガティブな感情を、ポジティブな言葉に変えて伝えていける社会になればと願います。サル時代、食べてはいけないものを食べようとする子ザルには、親ザルは嘔みついて教えるしかなかったわけですが、人には「言葉」で教えるということができのですから。

2022年度 第3回全体研修会報告

テーマ

「聴くことの意義と方法」

講師 加藤 博仁氏

札幌大学女子短期大学部教授

開催日時 2023年2月11日(土)

会場 香川県社会福祉総合センター



さる2023年2月11日(土)、香川県社会福祉総合センターにて、加藤博仁先生(札幌大学女子短期大学部教授)をお招きして、「聴くことの意義と方法」をテーマにお話していただきました。

先生はいのちの電話連盟の研修教材作成や北海道いのちの電話の研修に関わっていらっしゃいます。今回のご講演の前半ではいのちの電話のスタンスである「聴く」ということについて次のようなお話がありました。

いのちの電話は、専門家ではないが一定期間研修を受け相談員として認定された相談員が相談内容を限定しないで、あらゆる電話に応じるという体制を取っており、助言指導型ではなく相談者の話に耳を傾け、その心情を察し、共感的な理解を心がけ、相談者の悩みや問題を一緒に考えるという「聴く」というスタンスをとっています。「聴く」ということは電話相談者に話してもらうことを意味します。話すことで自分の思いを受け止めて分かってもらえることに連なり、必ずしも問題の解決に至らなくても、気持ちが楽になったり、現状に納得できたり、自分に自信が持てるようになっていきます。それゆえに聴くことの意義があります。又、相談者の話を聴く方法として基本的な姿勢である傾聴するためには、話しを促す相槌や相談者の発言や考えを評価するのではなくあるがままに受け入れようとす

る態度、そして心情を共感的に理解しようとする姿勢などが大切ですし、確認や明確化などのスキルも必要となります。

後半では講師により作成された2種類の電話相談についての演習がありました。

一つ目は相談員のどんなところが、どうして良くなかったかについて考える演習でした。

二人の参加相談員が相談者、相談員として各役割部分を読み上げた後、参加者全員での話し合いがあり、前半の講演で学んだ事に基づいて、相談者の心情を理解してない、相談員の意見・考え感想を言うことが多いなどの意見がありました。

二つ目は相談員のどんなところが、どうして良かったかについて考える演習でした。

一つ目と同様に意見交換が行われ、相槌も良く、相談者の心情に寄り添う労いの言葉かけもあり、相談者自ら解決への糸口を見つけ前向きになった等の相談員に対して多くの肯定的な意見がありました。

今回の後半の「演習」中心の研修においては講師を交えて出席者間でも活発な意見交換があり、多くの気付きもあったのではないのでしょうか。また、いのちの電話のスタンスとしての「聴く」というスタンスの学び直しとして有意義な研修となり、今後の相談活動に大いに活かされるものと思います。



この事業の経費の一部には共同募金の助成金を充てています。

令和4年次 香川いのちの電話 受信・相談状況

(2022年1月1日～2022年12月31日)

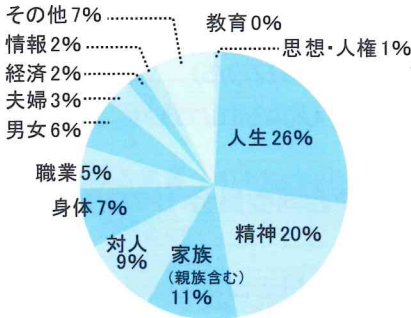
着信総件数…………… 42,289件
 相談総件数…………… 9,006件 (男性4,643件、女性4,363件)
 自殺を訴えた相談件数… 1,208件 (男性562件、女性646件)

開局からの電話受信・相談状況
 (1984年10月6日～2022年12月31日)

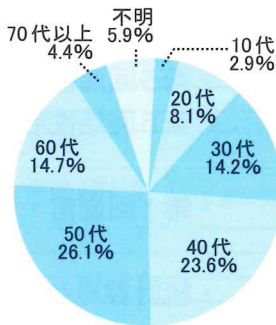
受信総件数…501,753件
 相談総件数…369,427件

●香川いのちの電話 受信状況

【内容別相談件数】

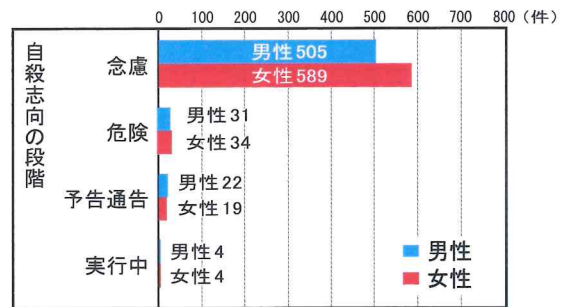


【年代別相談件数】

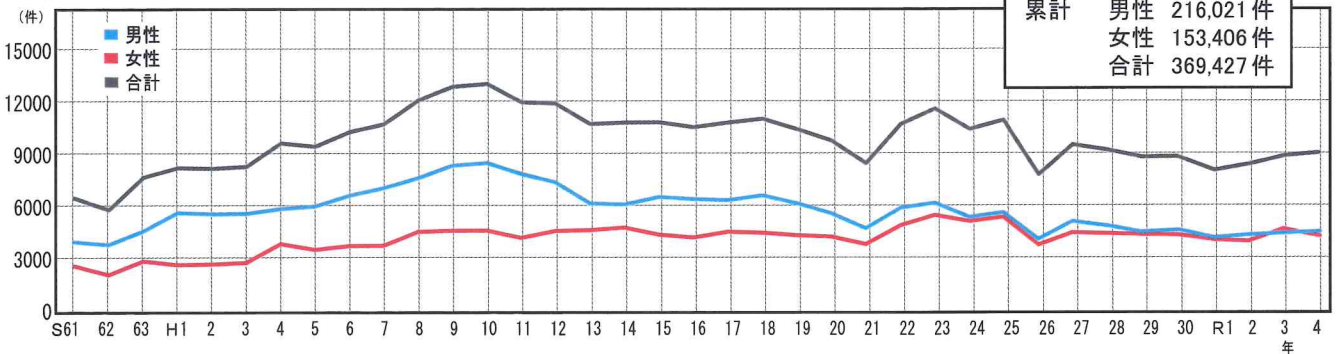


【自殺志向段階別相談件数】

自殺志向の総数を段階別に集計



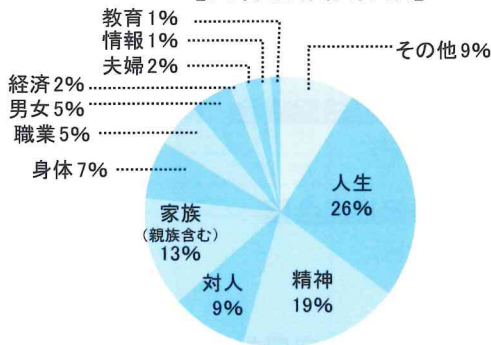
【年度別相談件数】



●自殺予防いのちの電話 受信状況 (毎月10日のフリーダイヤル 受信状況)

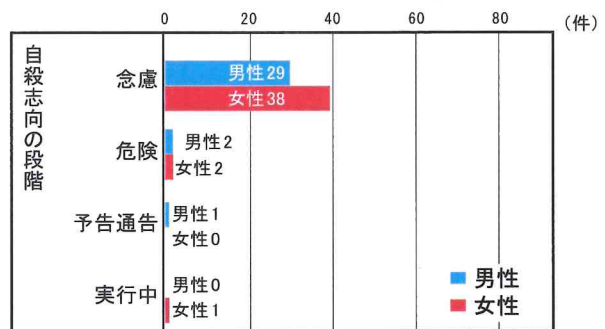
相談総件数……………462件 (男性224件 女性238件)
 自殺を訴えた相談件数…73件 (男性32件、女性41件)

【内容別相談件数】



【自殺志向段階別相談件数】

自殺志向の総数を段階別に集計



●コロナ禍対応電話相談 2020年3月頃からコロナ禍が顕著になり、全国のいのちの電話相談においても、不安や状況確認や対応策等の相談事例が目立ってきました。当香川いのちの電話においても2020年6月20日からコロナ禍対応特別フリーダイヤル活動に参加することとし、毎週月曜から、水曜を除く金曜までの16時から20時まで特別フリーダイヤル受信を実施することとしました。ただ、最近ではコロナ禍関連の直接的な電話相談件数は減少しているものの、通常電話相談と同じように人生、精神、家族等に関する深刻な相談は、毎日4時間途切れなく寄せられています。尚、昨年の1年間のコロナ禍電話受信回数は1393件でした。(但し上記、「相談総件数」に、含まれます)

令和4年度事業報告 (令和4年4月1日～令和5年3月31日)

● 養成講座

- 第40期電話相談員認定式
令和5年3月18日 5名
- 第41期電話相談員養成講座(1年目)
開講式 令和4年6月4日
養成講座 令和4年6月4日～令和5年3月18日
修了式 令和5年3月18日
修了者 9名

● 研修活動

- 第1回全体研修会
令和4年5月28日
テーマ「ネット・ゲーム依存について」
講師 河崎敦子氏
- 第2回全体研修会
令和4年11月15日
テーマ「難しい電話相談」
講師 有田モト子氏
- 第3回全体研修会
令和5年2月11日
テーマ「聴くことの意義と方法」
講師 加藤博仁氏

● 各種会議

- 第1回理事会 (2022/5/20)
- 第2回理事会 (2022/8/22)
- 第3回理事会 (2022/10/29)
- 第4回理事会 (2022/12/10)
- 第5回理事会 (2023/3/7)
- 第1回評議員会 (2022/6/3)
- 第2回評議員会 (2022/8/26)
- 第3回評議員会 (2023/1/27)
- 第4回評議員会 (2023/3/22)
- 第1回班長会 (2022/7/8)
- 第2回班長会 (2023/2/17)

● 各種委員会活動

- ・ 第1回運営委員会 (2022/6/2)
- ・ 第2回運営委員会 (2022/8/2)
- ・ 第3回運営委員会 (2022/10/18)
- ・ 第1回活性活動委員会 (2022/4/17)
- ・ 第2回活性活動委員会 (2022/5/15)
- ・ 第3回活性活動委員会 (2022/6/26)
- ・ 第4回活性活動委員会 (2022/8/1)
- ・ 第5回活性活動委員会 (2022/9/5)
- ・ 第6回活性活動委員会 (2022/10/11)
- ・ 第1回運営・活性活動合同委員会 (2023/2/14)
- ・ 統計委員会—令和4年4月1日より
- ・ 広報委員会—外部広報81号・82号発行
「第42期いのちの電話相談員養成講座」
受講生募集チラシ送付
- ・ 担当委員会—令和4年4月～

● 外部活動

- 中国四国ブロック意見交換会
(令和4年11月17日・18日)
- 中国四国ブロックWeb会議
(令和5年2月20日)
- 三木町自殺対策メンバー研修会
(令和4年11月25日)
- 香川県自殺対策連絡協議会 障害福祉課
(令和4年11月18日)
- 高松市自殺対策推進会議
(令和4年11月14日)
- 第2期
いのち支える香川県自殺対策計画策定委員会
(令和4年12月21日)

資金収支計算書 (自)令和4年4月1日 (至)令和5年3月31日

(単位:円)

勘定科目		予算 (A)	決算 (B)	差異 (A) - (B)	
事業活動による収支	事業収入	3,121,000	3,122,000	△1,000	
	負担金収入	300,000	345,000	△45,000	
	経常経費寄附金収入	3,560,000	2,830,635	729,365	
	受取利息配当金収入	0	104	△104	
	その他の収入				
	事業活動収入計 (1)	6,981,000	6,297,739	683,261	
	人件費支出	2,000,000	1,540,620	459,380	
	事業費支出	2,485,000	2,337,662	147,338	
	事務費支出	2,496,000	2,032,848	463,152	
	事業活動支出計 (2)	6,981,000	5,911,130	1,069,870	
事業活動資金収支差額 (3) = (1) - (2)		0	386,609	△386,609	
施設整備等による収入	収入				
	施設整備等収入計 (4)	0	0	0	
	支出				
施設整備等による支出	施設整備等支出計 (5)	0	0	0	
	施設整備等資金収支差額 (6) = (4) - (5)		0	0	0
	収入				
その他の活動による収入	その他の活動収入計 (7)	0	0	0	
	支出				
	その他の活動支出計 (8)	0	0	0	
その他の活動資金収支差額 (9) = (7) - (8)		0	0	0	
予備費支出 (10)		0	0	0	
当期資金収支差額合計 (11) = (3) + (6) + (9) - (10)		0	386,609	△386,609	
前期末支払資金残高 (12)		0	12,030,526	△12,030,526	
当期末支払資金残高 (11) + (12)		0	12,417,135	△12,417,135	

事業活動計算書 (自)令和4年4月1日 (至)令和5年3月31日

(単位:円)



勘定科目		当年度決算 (A)	前年度決算 (B)	増減 (A) - (B)
サービス活動増減の部	事業収益	3,122,000	3,121,000	1,000
	負担金収益	345,000	435,000	△90,000
	経常経費寄附金収益	2,830,635	4,512,073	△1,681,438
	サービス活動収益計 (1)	6,297,635	8,068,073	△1,770,438
	人件費	1,540,620	1,225,080	315,540
	事業費	2,337,662	2,321,449	16,213
	事務費	2,032,848	1,913,073	119,775
	減価償却費	590,625	590,625	0
	(国庫補助金等特別積立金取崩額)	△488,479	△488,479	0
	サービス活動費用計 (2)	6,013,276	5,561,748	451,528
サービス活動増減差額 (3) = (1) - (2)		284,359	2,506,325	△2,221,966
増サービスの部	受取利息配当金収益	104	92	12
	その他のサービス活動外収益			
	サービス活動外収益計 (4)	104	92	12
	費用			
サービス活動外費用計 (5)	0	0	0	
サービス活動外増減差額 (6) = (4) - (5)		104	92	12
経常増減差額 (7) = (3) + (6)		284,463	2,506,417	△2,221,954
特別増減の部	収益			
	特別収益計 (8)	0	0	0
	費用			
特別費用計 (9)	0	0	0	
特別増減差額 (10) = (8) - (9)		0	0	0
当期活動増減差額 (11) = (7) + (10)		284,463	2,506,417	△2,221,954
繰越活動増減差額の部	前期繰越活動増減差額 (12)	7,962,994	5,456,577	2,506,417
	当期末繰越活動増減差額 (13) = (11) + (12)	8,247,457	7,962,994	284,463
	基本金取崩額 (14)	0	0	0
	その他の積立金取崩額 (15)	0	0	0
	その他の積立金積立額 (16)	0	0	0
	次期繰越活動増減差額 (17) = (13) + (14) + (15) - (16)	8,247,457	7,962,994	284,463

貸借対照表 令和5年3月31日現在

(単位:円)

資 産 の 部				負 債 の 部			
科 目	当年度末	前年度末	増減	科 目	当年度末	前年度末	増減
流動資産	12,890,423	12,473,150	417,273	流動負債	473,288	442,624	30,664
固定資産	25,762,777	26,353,402	△590,625	固定負債	0	0	0
基本財産	25,762,775	26,353,400	△590,625	負債の部合計	473,288	442,624	30,664
その他の固定資産	2	2	0	純 資 産 の 部			
				基本金	29,490,268	29,490,268	0
				国庫補助金等特別積立金	442,187	930,666	△488,479
				次期繰越活動増減差額	8,247,457	7,962,994	284,463
				次期繰越活動増減差額	8,247,457	7,962,994	284,463
				(うち当期活動増減差額)	284,463	2,506,417	△2,221,954
				純資産の部合計	38,179,912	38,383,928	△204,016
資産の部合計	38,653,200	38,826,552	△173,352	負債及び純資産の部合計	38,653,200	38,826,552	△173,352

令和4年度社会福祉法人 香川いのちの電話協会の理事の業務執行及び法人の財産管理・業務執行状況ならびに会計に関する財産目録、貸借対照表および収支計算書については、関連する法令および通知に従った監査の結果、事業の運営および会計上、適法・正確に処理されているものと認めます。

監 事 大西 均 
 監 事 河村 弘子 

わたしのいのちの電話

相談員の声

相談員にならないかと、在職中に大変お世話になりいのちの電話の大先輩であるH相談員からお誘いがありました。仕事も退職し時間的に余裕も出来たのではなかろうかと誘ってくださったのだと思いましたが親の介護、孫育てと忙しい私は即座にお断りしました。

その後、地元で主に相談を受ける職務を引き受けることになり、さて、相談を本格的に受けたことも無い私が活動するにはどうしたらよいかと思案していると、電車の駅の掲示板に「いのちの電話相談員養成講座」案内を見つけ、締め切りが迫っていたので急遽申し込みしました。

このようなことから私はいのちの電話の趣旨に賛同して講座を受けたのではなく、個人的に動機が不純（相談員の皆さんごめんなさい）なまま講座を受講しました。

1年目の講義・実習（知識習得、冷や汗）・1泊2日の合宿と1年間は非常に充実していました。

2年目のグループ演習と実習は、フリーダイヤルで先輩に相談電話のアドバイスを頂きながら、自分の不甲斐なさに落ち込みました。

相談員として認定され〇年、一期一会の

電話でコーラーの話をスルーし「貴方、相談員を止めなさいよ!」ときつく言われたこと、作話とは気が付かず一生懸命聞いて、最後の方で性の話になって何か変だなと思ったこともありました。電話が終わった後、もやもやした気持ちを事務室で聞いてもらってから帰宅したことも多々あります。

先日も相談を受けていると「なにでもいいですか」と言われ「どうぞ」と答えて、「しゅうかつのことですけど」、私自身が終活をしなくてはと考えている今日この頃で、終活にしては若い声の方だなと思っていると「就活」でした。

コロナの関係で同期・先輩たちとの交流も最低限でしたが、現在は色々なことが少しずつ戻りつつあるのを嬉しく思っています。

今後は『いのちの電話』と『地域でのボランティア』を体力と気力の続く限り、自分自身の体調に気を付け、家族や周囲の人達の助けに感謝しながら続けたいと思っています。

(K・A)



香川いのちの電話
「思いつめずに一緒に話そう」

電話相談 087-833-7830
FAX相談 087-861-4343

24時間年中無休

自殺予防いのちの電話

フリーダイヤル 0120-783-556

毎月10日

午前8:00～翌日午前8:00

わたしのいのちの電話

相談員の声

「この頃思うこと」

不器用な私は、昔から習い事の趣味ひとつ、ボランティアひとつと決めて生活してきた。なぜなら日常生活の中で優先順位の高いものを大切にしておごすための自分自身への約束事であった。

家庭訪問に来られた中学校の先生に子どもへの接し方を尋ねると、子どもが帰宅した時に一輪でも花が家にあるような心に余裕がある情景ですかねとおっしゃられた。今思うと、心のありようを説かれたと思うのだが、若かった私は、とりあえず家近くのフラワーアレンジメント教室に通うことになった。この短慮のお蔭?で、30年間続けて通って、家族や友人の行事、喜び事などに彩りを添えている。

そして、ボランティアである。県外に出ていた子が就職で帰郷となった頃、新聞で「香川いのちの電話相談員募集」の記事を見つけた。狭い地域社会の中での自分に疑問を感じ始めていた事もあって、養成講座の座学の内容に惹かれて応募した。ま

た、大人になった子と対等に向き合う助けになる社会参加を目指せたような気がした。あつという間に17年時間が過ぎた。この中で心懸けていることは、日々の生活の中で自分の感受性を磨くことを大切にしたい。心に栄養を!である。

今年は春先より梅、ミモザ、桜など例年よりずいぶん早く咲いて散って。花の追っ掛けが好きで私にとっては非常に慌ただしく時が流れていった。春から夏へと我が家の庭で、所狭しと咲いていたクレマチス、ジャスミン、アナベル、カラーなど白い花達、そして毎朝今年の夏椿は何時開花するのか?と日々白い蕾を一杯つけた木を飽かず眺めている。春から夏へと我が家の庭で平家物語の序に出てくる沙羅双樹(日本で夏椿)は、特に思い入れがある大好きな花である。この花のように、真っ白な気持ちで穏やかに電話の前に座りたいものである。

(A・M)

実施中

香川いのちの電話

コロナ禍対応 電話相談フリーダイヤル

0120-783-556

【期間】 2021年4月1日～2023年3月31日

【時間】 16:00～20:00

月・火・木・金 曜日



§ご支援ありがとうございます§

令和4年4月～令和5年3月

香川いのちの電話にご寄付を賜りまして、心より感謝申し上げます。

団 体 ※敬称を省略しています

一般社団法人ソニー生命	(株)兼子	大和汽工(株)
医療法人社団 ア歯科	(株)川西水道機器	(有)オートボデー三谷
医療法人社団 宅光会	シコク環境ビジネス(株)	(有)ユービル企画
医療法人社団 マヤ内科医院	社会福祉法人みくに園	
池田内科クリニック	田代・菊池法律事務所	
(株)ウエイ企画	日本キリスト教団高松教会	
(株)香川銀行本店営業部	森岡皮膚科	

個 人 ※敬称を省略しています

秋山 知子	大平 美和	窪田 恵子	濱野 瞭子	松村 俊典	行成 輝見
石田 達也	岡本 久美子	黒河内 美鈴	日高 良和	丸尾 寛	
猪熊 俊夫	沖本 一	篠原 良平	日比野 玲子	真鍋 加津子	
今滝 則男	奥田 博子	清水 和美	福本 みゆき	真鍋 夏海	
上岡 恒美	春日 あけみ	滝 由紀子	福家 美津子	溝渕 博美	
植田 中子	桂 美鈴	玉川 蓮江	藤川 澄子	三谷 精子	
植野 智恵美	梶 正治	田中 暉彦	藤野 典保	三島 尚武	
上野 裕子	梶 由美	長澤 和恵	古澤 光子	森 雅彦	
太田 明秀	木内 将美	野崎 博文	本田 真知子	保井 正明	
大熊 利幸	北濱 雅子	蓮井 薫夫	米田 晴彦	矢田 昌子	
大須賀 誠	木下 千可	濱 好美	増井 武彦	矢野 真知子	

「いのちの電話」はあなたのご支援を必要としています

いのちの電話の活動は、多くの善意あるボランティアの無償の奉仕によって支えられています。眠らぬダイヤルの施設維持費、相談員研修費、広報活動など、年間600万円の資金が必要となっています。ボランティア活動である「いのちの電話」は、それを支える財政的基盤は大半が市民の、あるいは企業や諸団体からの寄付や、県、赤い羽根共同募金の支援金で支えられています。ひとりでも多くの方に資金ボランティアとして関わってくださいますよう、お願い申し上げます。

【寄付金】 金額はご随意です。クリスマス、歳末など折にふれてご協力下さい。

<p>< 振込先 ></p> <p style="text-align: center;">社会福祉法人香川いのちの電話協会 理事長 松岡 定幸</p>	<p>《お振込みは下記のいずれかをご利用下さい》</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 百十四銀行本店 (普) 1473589 ・ 香川銀行本店 (普) 1389129 ・ 高松信用金庫本店営業部 (普) 4821464 ・ ゆうちよ銀行 16300-18465371 ・ 郵便振替 01600-5-9348 (振込専用口座)
---	--

宮武則明プロフィール (2006.6より写真提供者)

1941年高松市生まれ。写真家。著書に「讃岐の町並」他9冊(讃岐写真作家の会刊)「ふるさとを訪ねて」がある。現在「ギャラリーMON」(高松市朝日町)に年2回作品展に出品。「ふれあいえんご」「香川いのちの電話」などで撮影活動中。高松市円座町在住。

発行所 社会福祉法人 香川いのちの電話協会

〒760-8691 高松市中央郵便局 私書箱 152号
 電話 (087) 861-7065 FAX (087) 861-4343
 E-mail kind@tiara.ocn.ne.jp <http://www.kind-kagawa.org/>
 発行日 令和5年7月
 発行人 松岡 定幸 編集 広報委員会/事務局