



社会福祉法人

香川いのちの電話

通信

第68号

相談電話

みみをかたむけなやみゼロ

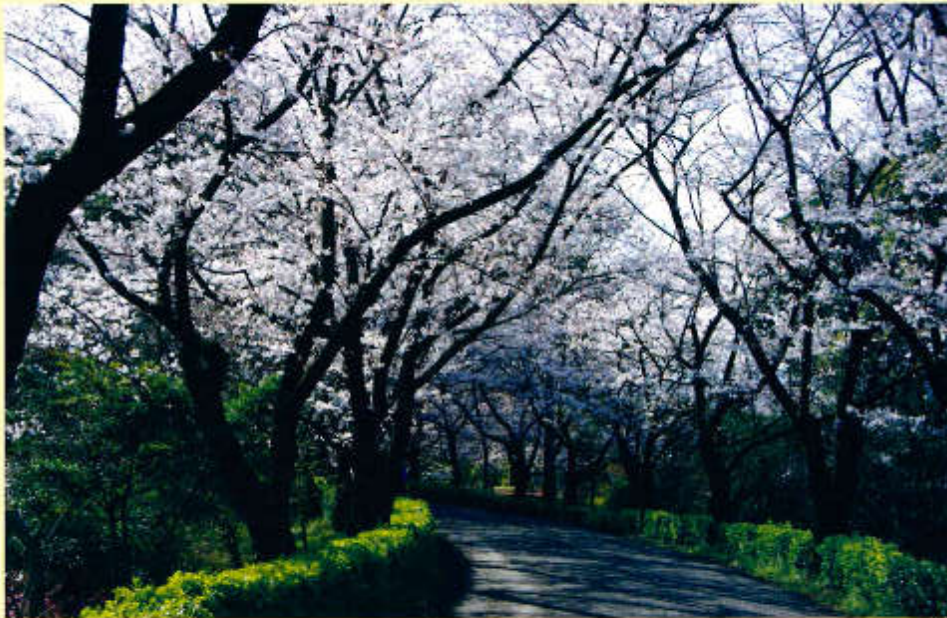
087-833-7830

FAX相談

むつんでいちばんしみじみ

087-861-4343

(24時間年中無休)



公洲森林公園 写真提供 宮 武 則 明

あなたのハートを
電話相談ボランティア活動に!

いのちの電話協会 理事 蓮井 孝夫



全国に「いのちの電話」は北は北海道から南は沖縄まであります。約50を超えるセンターで、悩める人の相談(両者の匿名性)に心を傾けて聴いています。香川いのちの電話は24時間365日休まず、「誰にも言えない悩みや不安、死にたいほどの苦しみを

「よき隣人」としてお聴きしています。毎月10日は「フリーダイヤル0120-738-556」を行っています。

かける方も、聴く方も名乗らない「匿名性」を大切にしています。このことで悩みのある人は、心から話せるのです。聴く人も全身で受け止められるのです。この活動にあなたの「暖かいお気持ち、優しいお気持ち」を生かしてください。挑戦してみてください。

今の時代、松尾芭蕉のいう「秋深し、隣は何をする人ぞ」ということばがピッタリです。心に障害がある人、対人関係が苦手な人、近隣に心許せる知人がいない人、親との関係がつかれない人、職場で人間関係が作りにくい

人など、様々な悩み深き人がたくさんいます。隣の人や、誰にも相談出来ずにいます。

そういう人のために「あなたの耳と心」を貸していただけませんか。あなたの都合のいい時間にです。仕事をしている人、香川の西の端から通っている人、東から通っている人、フェリーで通って来ている人がいます。あなたの「こころ温かさ」を悩める人に役立ててください。少し研修を受けてください。

私は「1%のボランティア論」が持論です。人は1人では生きられないと考えています。誰かに支えられて生きています。また私は誰かを支えています。「人は自分自身のためにも、人のためにも生きています」と実感しています。この2つが大切です。どちらも欠くことはできません。私は年金生活者の74歳です。月15万円の年金なら、月1500円は、誰かのために使っています。16時間起きているなら、月に約5時間は誰かのためのボランティア活動を30年以上やっています。人生で経験した「知恵」や「思いやり」なども、1%は人のために使いたいです。月に1回、ゴミ袋を持って高速道路の下の歩道の掃除を行っています。誰のためでもなく、自分のためです。気持ちがいいです。これは74歳の私の元気の源です。ぜひあなたの、たった1%を「香川いのちの電話」にご協力ください。

心を支えるいのちの電話

いのちの電話相談!

いのちの電話って?

人は生きて行く中で、どうしてもなく悲しいことに直面することもあります。

「いのちの電話」は、孤独と絶望の中で生きる力を失いかけている人々に、電話を通して向き合い、再び自分の力で生きていけるよう支援をする活動です。

今日では自殺予防という役割を社会的に大きく期待されています。

どんな活動をしているの?

活動の内容は「電話をかけてこられた方々の声に耳を傾ける」ということにつきます。人々の孤独と絶望にひたすら向き合う、それが「いのちの電話」です。

電話の受付は24時間年中無休。この「眠らぬダイヤル」を電話相談員として認定を受けた市民ボランティアたちが支えているのです。

思いつめず!

いのちの電話公開講座 一報 告

「今を生きる」

上智大学グリーンケア研究所特任所長

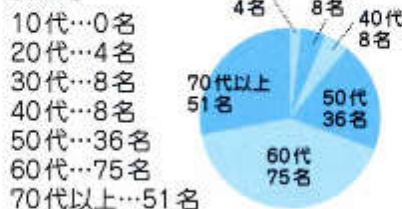
高木 慶子 氏



平成28年1月30日(土)
サンポートホール高松にて

アンケート集計結果 ご回答頂いた件数…182名(男27名/女155名)

【年齢】

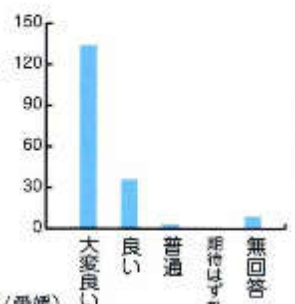


【どちらから来られましたか】

県内…179名(高松市127名/その他52名) 県外…3名(東京/千葉/愛媛)

【ご感想】

大変良い…134名
良 い…36名
普 通…3名
期待はずれ…0名
無 回 答…9名



みなさまの感想

- 私もいのちの電話に電話して少し気分が楽になった経験があります。講演を聴きながら何度も涙が出そうになりました。今苦しんでいる主人のためにも祈りつつともに歩いていきたいと思いました。
- いのちの電話スタッフとして私もお役に立ちたいと思いました。

- 大変良かったと思います。深く考えさせられることが多々ありました。スタッフの皆様ありがとうございました。
- 『愛と希望』笑みを忘れない。多くの光になる。心が洗われました。ありがとうございました。
- 日本聖公会神戸教区の聖職者の方々から(教区主教 中村豊氏 司祭 中原康貴氏等)高木先生のお話をぜひ一度お聞きするといいということを知った。

あなたの力をかしてください

を募集しています

あなたのご協力をお待ちしています

電話相談員になるのに学歴や経験は問いません。

23歳以上の方でいのちの電話の趣旨に賛同し活動してくれる方をお待ちしています。ともにがんばりましょう。

いのちの電話相談員になるには

電話相談員養成講座（2年間）を受講

1年目…専門家の講師による講義を受けます

講師は臨床心理士や精神科医として活躍されている方々です

2年目…グループ研修と電話担当の実習

電話相談員として認定を受ける

いのちの電話のボランティア相談員として活動

※電話相談員養成講座の募集は毎年行っています。
詳しくは募集要項をごらんください

ていたので、よい機会と思って参加いたしました。本当にわかりやすく心の中に深く残りました。今後先生の著書を拝読させていただきたく存じます。感謝です。

●要約筆記字幕スクリーン感謝します。たよりです。（中途失聴者）

●途中何回も泣きました。また先生の御本や講演会に参加したいと思います。

●私は自殺しようとしたことは一度もありませんが、世の中の方が皆幸せになるように祈りたいと思いました。命を大切にしたいものです。

●答えでなく、聞くことの大切さを感じました。答えを要求しているのではないということ大切に思いました。

●誰かに思ってもらえることがこんなにうれしいことなんだなあと、最後にとてもじーんと感じました。ありがとうございました。感謝しています。

●一人の人の死がその人の周りの人が多く苦しんでいることを思い、また人に対する思いやりをいっそう持ちたいと思います。

●心が温かくなり勇気づけていただきました。一人一人が灯となりますように。周りを明るくしていきましょうように。

●心から癒されました。

●大変勇気を与えられました。若い元気そうに見える人々の中にある苦しみを知りました。

●高木先生のお話はとても優しい言葉使いで心にしみました。今からの私の人生の指針になりました。私は幸せに生活していますが、家族に感謝して過ごしてまいります。良いお話をありがとうございました。高木先生と紹介する女性の方の声が小さくて聞き取れなかったのは残念。ゆっくりと、もう少し声を大きく。

「第35期電話相談員養成講座」受講生募集のご案内

いのちの電話相談員になるための手続きの詳細は募集要項をご覧ください。

「第35期電話相談員養成講座」募集要項
香川県下の公民館やコミュニティ、図書館などの
公共の場にて配布中です。



第35期養成講座〈講座内容と講師〉 ※講師の都合や日程により変更となる場合があります。

内 容	講 師
開講式/いのちの電話とは	大須賀 誠 (香川いのちの電話協会 理事長)
中高年(職場)の心の危機	白井 愛 (臨床心理士)
電話相談の危機介入	島津 昌代 (高松赤十字病院 臨床心理士)
カウンセリング①	豊島 佳津子 (スクールカウンセラー・臨床心理士)
カウンセリング②	松岡 定幸 (こころの相談室「りっふる」 臨床心理士)
調査官から見た家族理解	廣田 邦義 (スクールカウンセラー・臨床心理士)
嗜癮関連問題	後藤 見知子 (藤井学園寒川高校 臨床心理士)
思春期・青年期の心の危機	川田 行雄 (スクールカウンセラー・臨床心理士)
1泊研修	研修スタッフ
人間にとって病むとは	富岡 幸生 (とみおかクリニック院長 内科医)
人のこころはどのようにつくられるか	川田 行雄 (スクールカウンセラー・臨床心理士)
「共感する」ということ	村上 武志 (四国学院大学教授)
自己理解と他者理解	田中 良子 (高松大学教授)
児童虐待	橋本 美香 (精神科医)
子ども時代の重要性	谷本 智子 (臨床心理士)
精神障害を理解する	細川 二郎 (ほそかわクリニック 精神科医)
障害者の人権	中添 和代 (保健師 精神保健福祉士)
いのちと社会福祉	蓮井 孝夫 (香川いのちの電話協会 理事)
感受性訓練(6回)	研修スタッフ
電話相談の実際(3回)	研修スタッフ
閉講式・実習にあたって/オリエンテーション	事務局

「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1千万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。

【後援会費】

- ・ 個人会費……年頭①2万円 ②1万円 ③5千円 ④2千円
- ・ 団体会員……年頭①10万円 ②5万円 ③3万円 ④1万円

【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。

〈振込先〉

社会福祉法人香川いのちの電話協会
理事長 大須賀 誠

《お振込みは下記のいずれかをご利用下さい》

- ・ 香川銀行本店 (普) 1389129
- ・ 高松信用金庫本店営業部 (普) 4821464
- ・ 百十四銀行本店 (普) 1473589
- ・ 郵便振替1600-5-9348

宮武則明プロフィール (2006.6より写真提供者)

高松市内座町在住。元讃岐写真作家の会所属。現在「ギャラリーMON」(朝日町)において定期的に作品展を行っている。写真集「讃岐の町並」讃岐写真作家の会著ほか9冊発刊。「香川の歳時記365日」四国新聞に写真提供。現在も活躍中。

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
事務局 電話 (087) 861-7065
発行人 大須賀 誠 編集 広報委員会