



## 「いのちの電話の原点」

福岡いのちの電話副理事長

**濱生正直**

(学校法人九州聖公学園理事長、牧師)



「福岡いのちの電話」は、現在実働 182 名の相談員が、年中無休の 24 時間体制で相談を受け続けています。2018 年の年間相談件数は 12,310 件でした。1 日当たりの相談数は 33.7 件です。総対応時間は 7,142 時間で、1 件あたりの対応平均時間は 35 分でした。

この「いのちの電話」の活動の原点は、英国国教会のチャド・バラ牧師が、1953 年教会の地下室に設置されていた、1 台の電話機を使って始めた電話相談です。動機は、チャド・バラが牧師として仕事を開始した初期に執り行った、14 歳の少女の葬儀でした。彼女はチャド・バラのところに「自殺予告」の電話をします。チャド・バラは、彼女と翌日の面接を予約しますが、少女は来ませんでした。自殺をしてしまったのです。彼女の自殺の理由は初潮でした。彼女は、初潮について話せる人が誰もいないために、怖い病気の梅毒だと思い込み自殺をしたのです。チャド・バラは、その少女の死を悼み、電話での相談活動を思いつきます。そのときのことを、後日、チャド・バラは、「わたしはそのときその場で、たとえどんなに恥ずかしいことであっても、相談できる人間のネットワークをつくることで自殺を食い止めたい、そのために身をささげようと思った。しかし、それができたのは後になってからです」と語っています。この地下室の 1 台の電話機にかかった最初の電話は、1953 年 11 月 2 日です。この日が「いのちの電話」の誕生の日になります。

「いのちの電話」は、死にたいと思っている人、悩んでいる人、助けを求めている人が、恥ずかしいと思わず、安心して電話をかけてこられるようにという願いから出発しています。この願いは、心を閉ざし、一人で悩む人たちの間に大きな反響を呼び、世界各地、日本各都市に広がる運動となりました。

日本全国の自殺件数は、一時期 30,000 人を超えていました。最近では 20,000 人台になっています。しかし、「いのちの電話」に救いを求めてくる人々の数は、減ってはいません。悩みや苦しみを抱え、誰にも相談できず、いのちや心の危機に追い込まれているときに、寄り添ってくれる人が一人でもいることによって、人は再び生きる勇気を見いだすのです。そのことを願って「福岡いのちの電話」は、微力ながら力を尽くしていきたいと思っています。

お願い！！

- ①電話相談のボランティアにご応募ください。
- ②資金援助会員としてご協力ください。
- ③「福岡いのちの電話」を家族、友人、知人にお知らせください。

2019 年は「福岡いのちの電話開局 35 年」を迎えます。これからもご支援をよろしくお願いいたします。



2018年度

## 福岡いのちの電話 第4回 全体研修が開催されました

### 傾聴、共感的理解

～パーソンセンタード・アプローチとオープンダイアログの視点から～

平成31年2月25日（月）午後6時30分から九州キリスト教会館4階ホールで、第4回全体研修が、日曜班と認定のスーパーバイザーをされている、本山智敬氏を講師に、標記のテーマで行われました。その概要をご紹介します。



本山 智敬 氏  
福岡大学准教授  
福岡いのちの電話  
スーパーバイザー

まず、ロジャーズのクライアント中心療法の名称が変化したエピソードを話されました。セラピストとクライアントの間での重要な態度は、例えば、教師-生徒、上司-部下、親-子、先輩-後輩などのあらゆる人間関係においても同様に重要ということで、クライアントをパーソンに、セラピーをアプローチに変えて、パーソンセンタード・アプローチと呼ぶようにしたとのことでした。

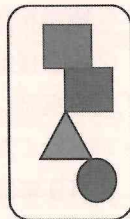
次に、「傾聴」について、言葉遊びやゲームを交えながら、とても理解しやすい形で話をされました。

ア：きしゃのきしゃがきしゃできしゃした。

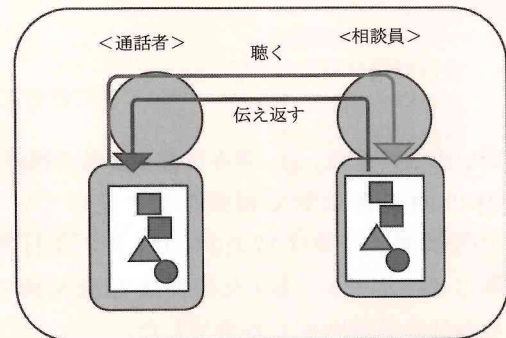
イ：こうかいのこうかいをこうかいしたことをこうかいした。

この平仮名ばかりの文章を意味変換してみようということです。電話相談では、文字情報ではなく、音声情報だけなので、このような意味変換を意識して聴くことの大切さを示されました。また、A：私の孫はおじいさんです。／B：うちの孫はおばあさんです。／C：私の娘はサルなんです。という、一見理解しがたい3人の会話に4人目のDの言葉が加わると不思議さが解消されるという事例も紹介され、表面的な言葉だけでは判断できない難しさについて話されました。（※答えは末尾に）

それを一歩進めた内容は、2人（A・B）がペアとなって、図形を完成させるというゲームを2回行い、その違いで説明されました。右図のような図形をAがその形状、位置、図形相互の関係を言葉で伝え、Bがそれを紙に書き写すというものです。



1回目の条件は、AはBの作業を見てはならない、Bは質問、確認をしてはならないというものです。2回目は条件を変え、Bは質問、確認をしてかまわないというもので、それぞれ3分の制限時間内で完成させるというも



のでした。そして1回目よりも2回目の正確さが増している点を指摘され、確認の大切さについて話されました。

電話相談での通話者の胸の内にある思いを、Aが見ていた図形であるとした場合、受け手が確認行為を丁寧に行う双方向のコミュニケーションで、より理解の正確性が増すことがよくわかりました。

話された言葉でイメージされるものが一様ではないということ、「野球のグローブ」の例でも説明されました。野球のグローブと聞くと、ボールを取るグローブをイメージする人が多いと思いますが、その色が茶なのか黒なのか、他に、バッティングのときにはめる手袋型のグローブもあり、固定観念の存在を指摘されました。また、老婆と若い女性のどちらにも見えるだまし絵や背後に溶け込んだ英文字の図を示しながら、同じ絵や図を見ても、人によって違う像を結んでしまうことについて説明を加えられました。

もっと見えにくいものとして、感情を表す形容詞があると続けられました。人が「悲しい」という言葉を使ったとき、その背後にどのような感情があるのか。それは、「寂しさ」から来ているかもしれない、あるいは「つらさ」





から、「怒り」から、それとも自分に向けた「情けなさ」からかもしれない。その人はこの言葉で何を伝えたかったのだろうかと考えることは、目に見えない感情であればあるほど、より難しいということでした。また、聴く前に既に自分の中に類似の図形を持っている場合、似ているけれども違うのに、それを同じと思い込んで、それをもとにアドバイスをしてしまうことについては、慎重になる必要を説かれました。

場合によっては、本人も明確な図形をイメージできていないことがあります。対話を続けることで、相互にイメージが明確になっていくことがあるとのことでした。そのとき、聴き手の共感だけでなく、話し手からも共感が得られ、そのような双方向の共感こそが重要であると指摘されました。それは、話し手自らによる図形(課題)の修正に導くもので、その修正力は受け手が繰り返すアドバイスの比ではないと、ロジャーズの言う「自己成長力」という概念を絡めながら、自身の経験をもとに強調されました。

「私はちゃんと聴けていますか」という、謙虚に確認する気持ちを持つことが大切、話を聴くということは、心を使って聴くこと、相手が思っている「図形」を想像し続けること、それが対話である、最初から正確に理解できなくても、やりとりの中で修正していけばいい、話し手の図形を想像し続ければ、双方向の関係の中で共感は生まれてくるということでした。

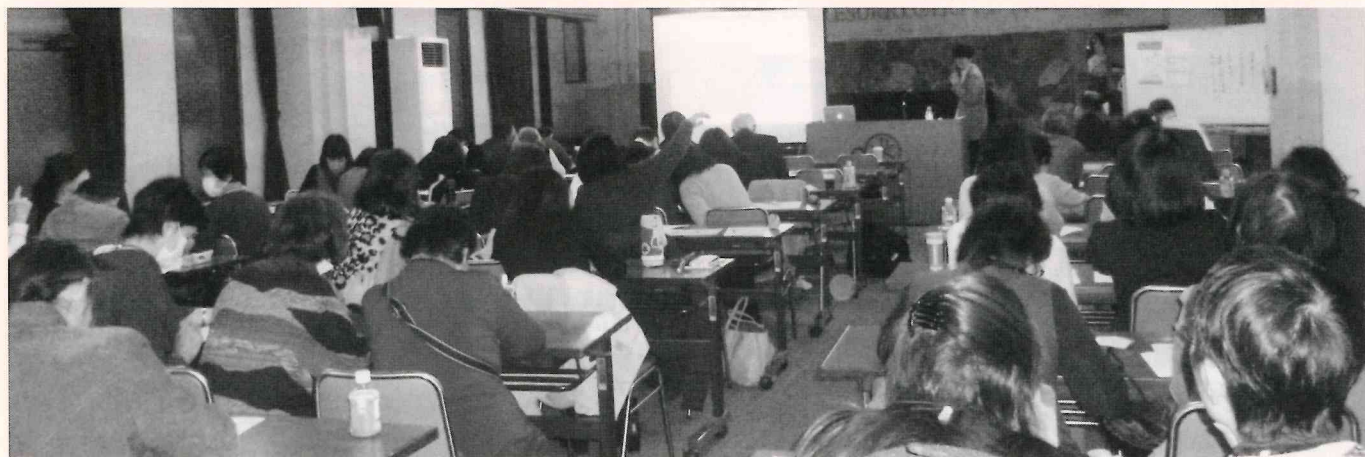
後半は、氏が実際に訪問されたフィンランドのケロプダス精神科病院で取り組まれている、薬物に頼らない、対話重視で精神科治療に画期的な成果を上げている「オープンダイアログ」の紹介でした。取り組みが対話を中心に据えたものであるにも関わらず、実は対話下手

という意外なフィンランド人の国民性を、フィンランドの漫画の主人公「マッティ」に触れながら話されました。日本との大きな違いは、医療スタッフと患者との対等な関係が徹底されていることで、オープンダイアログは単なる手法ではなく、イデオロギー、理念であるとのことでした。理念がしっかりとしているからこそ、柔軟な対応が可能で、その理念とは「対話主義」。患者のモノローグをダイアログに変えていき、やりとりの中で理解を深めていく、共有されることで言葉は「生きた言葉」になり、しかし変化や改善、治癒を目的とはしていない。対話そのものが目的で、今この瞬間の相手との関わりを大事にする、目の前にある対話を成立させること自体が治療的であり、協働する専門家として患者を取り巻く支援のネットワークを広げ、修復していく。氏は今回、共感できたかという結果よりも図形を共有しようとしていること自体が大事だということを伝えたかった、そのように対話を大事にしていこうとするフィンランドスタッフの姿に感動したと語られました。

最後に、大量に打ち上げられたヒトデを海に投げ返している少年がいて、「そんなことをしても意味がない」と言う老人に、「(手にしている)このヒトデにとっては意味があるよ」と少年が答えたというエピソードを紹介し、一見意味がないように見えることも、視点を変えることでまったく違ってくることを、電話相談に絡めながら締めくくられました。

### 言葉遊びの答え

ふと頭の中を流れる言葉の海：口  
ふと頭の中を流れる言葉の海：ト  
ふと頭の中を流れる言葉の海：レ



講師の話を、メモをとりながら熱心に聞く参加の皆さま



# リレー 随想 第15回



福岡いのちの電話後援会理事  
和智 凧子  
(弁護士)

## 母の思い

今年、3月6日の新聞に「長崎・高2自殺・県が高校指導へ」という記事がありました。「第三者委員会がいじめと自殺の因果関係を認める報告書をまとめたが、学校側は認定を不服として受け入れていない。報告書は『教師からの理不尽な指導』も自殺の一因に挙げていた。」と記載されていました。

また、3月9日の新聞には「(前橋市の)高2女子死亡・自殺か」という記事がありました。「『ツイッターに悪口を書かれ、うざいと言われたり、無視されたりした。』といじめがあったと訴えるメモを残していたことが母親への取材で分かった。」と記載されました。

【いじめ】られたことにより、自殺をせざるを得なかった子どもたちの気持ちを思うと、あまりに哀れで、言うべき言葉も見つかりません。なぜ、いじめるのが分かりません。どうしたら、いじめは無くなるのでしょうか。

私の知人にも、息子に自殺された母親がいます。母親の悲しみ、苦しみは想像を絶するものがありま

す。私には、母親の悲しみや苦しみを和らげる力はありません。

私は母親の一人として、子どもを亡くした、それも自殺によってということは、想像もしたくありません。母親にとって、子どもは自分の命と比べられないほど大事な存在です。

生きていく中では、さまざまな苦しみがあります。でも、どんなに苦しくても死なないでほしいと思います。自殺をしないでほしいと思います。

死にたいと思う程の苦しみを、母親や身近な人には話しにくいという人は多いと思います。心配をかけたくないとも考えることも多いと思います。そのようなときには「いのちの電話」に電話をしてほしいと思います。いのちの電話の相談員の皆さまのおかげで、苦しみの中にいる人を助けることができます。それだけではありません。母親をはじめとする、その苦しむ人を愛する人たちも助けることができます。

相談員の皆さまのご活躍を期待しています。

## 福岡いのちの電話 ボランティア募集

〈5月から募集開始〉

ネット上で募集内容を見ることができます。  
下記のURLにアクセスしてください。

<http://www.f-inochi.org/bosyu.html>

1人で抱えきれない悩みを誰にも相談できないとしたら、孤独の淵に沈んでいくような気持ちかもしれません。そんな時、いつでもかけられる電話があれば……。

福岡いのちの電話は、年中無休の24時間体制。電話ボランティアは一期一会で電話に向き合い、聞き、聴くことで繋がっていきます。

そんな電話ボランティアを支える事業ボランティア。毎年、2つの種類のボランティア員を募集しています。やりがいのあるボランティアにチャレンジしてみませんか。養成研修を受けながら、仲間にお入りください。お待ちしております。





## のど潤す1本が、いのちをつなぎます

支援自動販売機は、飲料水の自動販売機設置契約の方に支払われる販売手数料が寄付として「福岡いのちの電話」に入るシステムです。この支援自動販売機の設置が始まったのが2009年。今年でちょうど10年になります。

その経緯を「福岡いのちの電話」理事の五十嵐実氏に聞きました。「理事会で、定期的に寄付金が入る仕組みはないだろうかと協議していたところ、コカ・コーラウエスト株式会社の方からこの仕組みを話していただきました。仕事の関係で設置できる場所があったので、最初に実行してみました。他に2件の設置参加事業所を得てのスタートでした。その翌年、九州大学病院内に財団法人患愛団のご協力で設置されました。近年、システムを理解していただく方が増え広がりを見せています。うれしい限りです。」と当時は振り返りながら話されました。

この自動販売機による収入は、2018年1年間で162万円余に達しました。設置していただく事業所の方はもちろん、1本1本をご購入いただく方々からも支援していただいていることとなります。1本の清涼飲料水が、巡り巡って貴重な電話1本につながっていることを思うと、感慨深いものがございます。改めて感謝いたします。



自販機に貼られたメッセージ



九州大学病院内の自販機

### 弁護士会館内に新しく設置されました

福岡市中央区六本松の裁判所そばに新しく完成した福岡県弁護士会館内に、本年2月に設置されました。

以下に設置事業所と設置場所を紹介します。

- (株) 福岡住宅センター (鳥飼1丁目パーキング)
- (財) 患愛団 (九州大学病院内)
- (株) 紙屋 (朝日新聞鳥栖販売店)
- (株) 西日本新聞社 (製作センター内)
- (株) 西日本新聞社 (本社ビル10階、11階)
- 南蔵院 (JR篠栗線「城戸南蔵院前駅」)
- (有) ダイキ通信工業 (会社内)
- 西部ガス (株) (パピヨン24内)
- 福岡県弁護士会 (会館内)



### ベスト着用で啓発活動

3月は「自殺対策強化月間」です。3月が自殺の多い月でもあり、自殺対策基本法に基づき設定されています。また、「自殺総合対策大綱」には国、地方公共団体、関係団体及び民間団体等が連携して啓発活動を推進するよう定められています。

福岡いのちの電話ではこの趣旨の通り、昨年に続き福岡県に協力して3月1日に博多駅前での啓発活動を行いました。この活動では事業ボランティアの皆さんが、新しくできた「福岡いのちの電話」名入りのベストを着て、通勤、通学の人々に啓発物品を手渡し、自殺予防活動の理解を求めました。



博多駅前での啓発の様子

# ご援助 ありがとうございます

## 寄附感謝報告 2018年12月1日～2019年2月28日 (敬称略・順不同)

上記の期間に次の方々からご支援を賜りました。感謝をもってご報告させていただきます。

\*このご寄附には所得税、県・市民税に関して寄附金控除が適用されます。  
また、福岡市個人市民税の寄附税額控除が受けられます。



千人会			
福岡聖パウロ教会	20,000	世良洋子(弁護士)	10,000
濱生正直	10,000	高口秀夫((医)秀治会 高口歯科医院)	10,000
濱生滋子	10,000	杉本導治(杉本歯科医院)	10,000
濱生牧恵	10,000	西島一之(株九食)	10,000
中村宰久	10,000	松崎 隆(弁護士)	10,000
(学) 桜原こひつじ幼稚園	20,000	住吉康平(住吉クリニック)	10,000
濱 孝明	10,000	(株)花のチモト	10,000
匿名	20,000	(医)つくし会病院	10,000
穂吉ひろみ	10,000	緑川啓一((医)緑川内科・循環器科医院)	10,000
(学) 聖公学園 草ヶ江幼稚園園児一同	10,000	長門博之(弁護士)	10,000
林 幹男	20,000	松本一郎((医)松本小児科医院)	10,000
山田篤伸	10,000	村上歯科医院	10,000
山田久代	10,000	井上仁人((医)井上内科医院)	10,000
菊池裕子	10,000	藤本 亨	10,000
福島あい子	10,000	吉野 正(弁護士)	10,000
金子英次	10,000	梅根真知子	20,000
小深田信昭	10,000	エミール保育園	10,000
(医) 遊行会 藤川メディケアクリニック	10,000	斉藤英多賀	10,000
聖峰会 マリン病院	10,000	宮崎宏之	10,000
後藤 裕	10,000	石橋明人(石橋内科循環器科医院)	10,000
溝口知行((医)溝口外科整形外科病院)	10,000	花田公德	10,000
		太田 良	10,000
		城谷堅一((医)城谷内科医院)	10,000
		東端 清	10,000
		佐藤英彦((医)矯英会 サトウ・ヤスナガ矯正歯科)	10,000
		(株)丸屋	10,000
		野田尚武	10,000
		岡田修一	10,000
		教法寺	10,000
		東長寺	10,000
		雷音寺(洞 庸雄)	10,000
		宮崎宏之	10,000
		福岡大学医学部精神医学教室	10,000
		川寄弘詔	10,000
		(医)三水会 香椎療養所	10,000
		高崎好生(高崎小児科医院)	10,000
		(医) 社団 江頭会さくら病院	10,000
		野田賢一	10,000
		泉林寺	10,000
		川野康之(川野税理士事務所)	10,000
		(医)緑心会 福岡保養院	10,000
		(医)梅野小児科内科医院 梅野英輔	10,000





## 賛助会

井上真知子 4,000

## 一般寄附

チャリティコンサート募金箱 3,000

日本キリスト教会 福岡城南教会 5,000

木内多美子 50,000

カトリック笹丘教会 10,000

カトリック福岡カルメル会修道院 3,000

日本キリスト改革派長丘教会 女性会 5,000

カトリック福岡司教館(青木 悟) 5,000

日本福音ルーテル久留米教会 女性会 2,000

佐藤由希 10,000

周船寺第二幼稚園 5,000

福岡市民クリスマス実行委員会 20,000

Smile Fitness Club 2,847

楯林英晴 17,958

福岡聖パウロ教会 麦の会 5,000

林 幹男 80,000

西南学院バプテスト教会 20,000

国際ソロプチミスト太宰府 50,000

大石桂二 3,000

福盛英明 10,000

福岡有田バプテスト教会 5,000

福岡女学院中学校・高等学校 10,000

金子英次 10,000

在日大韓基督教会 福岡中央教会 10,000

カトリック鳥栖教会 10,000

在日大韓基督教会 博多教会 5,000

小郡カトリック教会 19,100

長住バプテスト教会 11,000

井原洋子 10,000

カトリック南粕屋教会 5,000

日本基督教団 前原教会(高山清明) 5,000

日本基督教団 福岡城東橋教会 10,000

江川祥一 5,000

平尾バプテスト教会 15,000

福岡女学院キリスト教センター 41,000

日本キリスト教団 福岡中部教会 10,000

福岡文化ライオンズクラブ 100,000

福岡市立高取中学校 第14回卒業生同窓会 40,000

福岡鶴城ライオンズクラブ 200,000

一刈吉房 10,000

福岡桜ライオンズクラブ 100,000

福岡北ライオンズクラブ 300,000

江川祥一 5,000

鬼塚活人 10,000

福岡女学院教会 5,000

## 助成金

(社福)読売新聞光と愛の事業団 西部支部 100,000

(社福)西日本新聞民生事業団 200,000

## 支援自販機募金

(株)紙谷 朝日新聞鳥栖販売店 12,872

(財)恵愛団(九州大学病院内) 105,267

西部ガス(株)(パピヨン24内) 129,021

(有)ダイキ通信工業(自社内) 20,110

南蔵院(JR城戸南蔵院駅) 41,574

(株)西日本新聞社(本社) 29,481

(株)西日本新聞社(製作センター) 24,551

(株)福岡住宅センター (鳥飼1丁目パーキング) 5,882

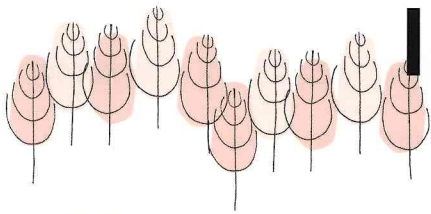
## ご寄附は下記の振込先までお願いします

銀行口座：口座名義＝社会福祉法人 福岡いのちの電話  
福岡銀行赤坂門支店 (普) 1147617  
西日本シティ銀行天神支店 (普) 2131458郵便口座：福岡いのちの電話千人会(千人会) 01710-1-36652  
福岡いのちの電話(賛助会員・一般寄附) 01720-9-1037千人会 1口1万円/年(何口でも)  
賛助会 1口2千円/年(〃)  
法人会 1口3万円/年(〃)

ご面倒をおかけいたしますが、よろしくお願い申し上げます。

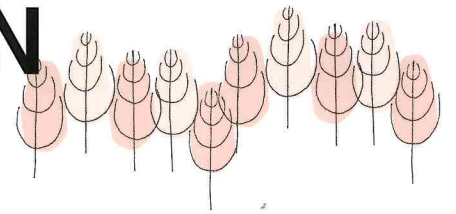
## 税制の優遇措置があります

社会福祉法人の認可を受けておりますので、寄附をされた場合、法人の場合は損金扱いに、個人の場合は年間所得の25%まで寄附控除が受けられるといった、税制上の優遇措置の対象となります。また、福岡市個人市民税の寄附税額控除が受けられます。



# INFORMATION

## インフォメーション



日誌 2018.12.1~2019.2.28

### 12月

- 1 第3回全体研修  
(講師：鉦鹿健吉氏)
- 3 広報活動班会
- 6 相談活動運営委員会
- 8 インターネット相談エリア研修(福岡)
- 10 フリーダイヤル「自殺予防いのちの電話」
- 11 事業ボランティア手づくり企画づくり会例会
- 12 第44期生養成講座  
(講師：久保千春氏)
- 10 研修運営班会
- 18 社会資源班会
- 19 受信資料検討班会  
第9回教育委員会  
第44期生養成講座  
(講師：楯林英晴氏)
- 20 事務局会議
- 22 事業ボランティア企画づくり会
- 26 第9回理事会

### 1月

- 5 自主研修「ケースと私」
- 8 事業ボランティア手づくり会

- 10 フリーダイヤル「自殺予防いのちの電話」
- 11 震災対応「福島寄りそいフリーダイヤル」
- 15 第10回理事会
- 16 研修運営班会
- 17 事務局会議  
相談活動運営委員会
- 19 相談員集会
- 21 広報活動班会
- 22 会報137号企画会議  
事業ボランティア手づくり会
- 23 受信資料検討班会  
第10回教育委員会
- 24 第44期生養成講座  
(講師：吉野正氏)
- 25 福岡文化ライオンズクラブ35周年記念例会・卓話
- 26 ボランティア養成サポーター自主研修
- 26~27 インターネット相談員養成・OJT

### 2月

- 2 自主研修「ケースと私」
- 6 第44期生養成講座  
(講師：岡秀樹氏)

- 7 福岡鶴城ライオンズクラブアクティビティ授与式・卓話
- 10 フリーダイヤル「自殺予防いのちの電話」
- 12 事業ボランティア手づくり会
- 13 研修運営班会
- 14 福岡北ライオンズクラブ例会・卓話  
福岡市人権啓発センター交流会  
相談活動運営委員会
- 15 事務局会議
- 16~17 インターネット相談員養成・OJT
- 18 共同募金配分申請ヒヤリング
- 19 福岡桜ライオンズクラブ30周年記念式典
- 20 受信資料検討班会  
第11回教育委員会
- 21 第44期生養成講座  
(講師：松崎佳子氏)
- 25 第4回全体研修  
(講師：本山智敬氏)
- 26 事業ボランティア手づくり会  
第11回理事会
- 27 社会資源班(外部見学:裁判所)

## 【編】集【後】記

先日、「みんなの学校」の上映会と木村泰子さんの講演会に参加しました。2006年に開校した大阪市住吉区にある公立小学校「大空小学校」は、校則なし、特別支援学級なしで、全員が通常学級に通い不登校はゼロ。2015年に「みんなの学校」というドキュメンタリー映画が封切られ、その後も各地で自主上映会が行われています。

その初代校長を務めたのが木村泰子さん。講演会の冒頭、木村さんは栗原心愛ちゃんが死亡した1月の事件に触れ、「これ以上、目の前の子を殺さんとこな」と参加者全員に語りかけました。そして講演の最後に、「すべての子どもの命を守るために自分は何をしますか?」と問いを出されました。講演からは、木村さん自身が本当に真摯にこの問いに向き合っただけなんだということが伝わってきました。

木村さんが学校で実践していた学びの一つに「さよならメッセージ」があります。一日の学校生活の終わりに、200字程度、必ずその日一日のことを書いて帰るのを「さよならメッセージ」として児童の日課にしていたそうです。ルールは、最後まで絶対に書く。でも200字以上には書かない。書くことがなかったとしても一生懸命考えて書く。

今回、編集後記を書くことで、木村さんの問いを思い出し、改めて命について考えるきっかけになりました。講演の中では、「正解がないから問い続けられる」というお話もされていました。私も福岡いのちの電話にかかわる中でどんなことが自分にできるのか、これからも考えていきたいと思っています。

今回の編集後記は、私の「さよならメッセージ」となりました。

### 電話受付件数

2018年12月~2019年2月

受付件数	3,256件
延べ相談員数	955人
延べ受信時間	107,411分

### 発行所

〒810-0073 福岡市中央区舞鶴2-7-7

社会福祉法人 福岡いのちの電話

TEL (092)713-4343・FAX (092)721-4343

ホームページアドレス

<http://www.f-inochi.org/>

発行人 林 幹男

編集人 古賀 俊次



この「会報」は共同募金の配分金で作成しています。