



## 「傾聴が基本」の大切さ

福岡いのちの電話 教育委員

**荒 浪 聖**

(福岡市手をつなぐ育成会理事)



私は、自己紹介をする時に「無免許・無資格の荒浪です。」と切り出します。併せて失礼ながら「名刺は持ち合わせておりません。」と付け加えます。

福岡いのちの電話との関わりは、設立当初からで、40年余りと長い期間になりました。

始めは五斗さんからの依頼で、養成講座の福祉制度・福祉概論の講座を担当していましたが、ある時期から「福祉」から「人権」へと講座名の変更をお願いしました。それは、「知識として理解する」というより、「感性として身に付けることの大切さ」を理解して欲しかったからです。講座の展開方法も、「講義」から今では当たり前となっている「グループワーク」や「ロールプレイ」等の手法を用いました。

いのちの電話では、助言や指導は必要ありませんし、むしろマイナスになってしまうこともあると考えています。電話では対面と違い、相手の様子は分かりませんし、カウンセリングとは違い自分が理解するために相談内容を詳しく確認させてもらうことはありません。

また、悩みが深い程、すぐには言い出せないこと

が多いと思います。

いろいろと話をするうちに「実は・・・」と問題の「根本の問題点」に及ぶ事がありますが、ここは言い換えれば本当に話していいかどうかをコーラー側が自閉し相談員を信頼するか否かを量っていると思うのです。何をもって量っているのかのひとつが、人権感覚だと思っています。「世間では」とか「社会の常識では」と話したとたんに、心を閉ざされるケースもあります。この人は「私を解き放してはくれない」と思わせてしまうのではないのでしょうか。

私は、今後もこれまでの経験と「傾聴が基本」の気持ちを忘れずに、活動していきたいと考えています。



# 2025(令和7)年度 事業計画

## 1. 相談事業の充実

### ①電話相談

- ・24時間年中無休体制の円滑な維持のために十分な相談員数の確保に努める
- ・環境の整備を図り、より質の高いサービスを提供できるように努力する

### ②インターネット相談

- ・インターネット対応の相談活動として、パソコンによるメール相談を継続する

### ③フリーダイヤル「自殺予防いのちの電話」への参加、実施（厚生労働省補助事業）

### ④震災支援＜予約制ダイヤル＞への参加、実施（厚生労働省補助事業）

## 2. 相談員の養成・研修とサポートシステムの充実

### (1) 電話相談

#### ①相談員の養成研修を実施

- ・第50期生の養成実施(2024年10月2日～2026年9月)
- ・第51期生の養成実施（2025年10月開講予定）
- ・電話相談員養成サポーターによる養成講座の運営補助

#### ②相談員の活動更新のために

- ・全体研修（年4回）の実施
- ・フリーダイヤル研修（日本いのちの電話連盟）の実施
- ・グループ・スーパービジョン（8グループ月1回）の実施

#### ③電話相談員養成サポーター養成ならびに継続研修講座の実施

### (2) インターネット相談

#### ①相談員の養成研修

- ・ネット相談員養成を実施（日本いのちの電話連盟主催の養成講座）

#### ②相談員継続研修

- ・継続研修の実施
- ・インターネット相談運営委員会への参加（日本いのちの電話連盟主催）

### (3) その他の研修の推進

- ・自主研修会等の実施
- ・「ブラッシュアップ・リフレッシュ研修」の実施
- ・全国研修大会等への参加推進

### (4) 相談員のケアシステムの充実

- ・相談員のケア研修の実施

- ・強いストレスを受けた相談員への個人スーパービジョン実施

## 3. 広報活動のより一層の推進

- ①「福岡いのちの電話会報」の年4回発行
- ②福岡いのちの電話紹介リーフレットの発行
- ③事業報告書の発行
- ④新聞・テレビ等を通じての広報活動を実施
- ⑤ホームページによる広報

## 4. 募金活動のより一層の推進

- ①安定した運営のために、資金確保に向けた募金活動を鋭意、推進する
- ②後援会組織を充実し、連携強化により組織の活性化を図る
  - ・チャリティイベント等の開催
  - ・事業ボランティア活動の充実

## 5. 各種委員会の開催

- 理事会、評議員会、教育委員会、相談活動運営委員会などの各種委員会の定例的開催により、組織を充実させ民主的に運営する

## 6. 会員相互の親睦と活動の活性化を図る

- ①福岡いのちの電話会員総会を開催
- ②内部広報誌「りーんりん」の随時発行
- ③班（曜日班、活動班）活動の充実と活性化による相談員相互の交流促進

## 7. 統計資料の整備充実

- 相談事業における統計資料を整備するとともに内容の精密な分析等を行う

## 8. 他の相談機関等との連携

- ・他の電話相談機関、関連機関と緊密な連携に努め、社会資源資料の充実を図る
- ・関係機関会議への出席

## 9. 自殺予防対策啓発事業の取り組み

- 市民、地域に対し、自殺予防に対する関心を高め理解を深める事業を行う

- ①自殺予防公開講座の開催
- ②福岡県自殺対策啓発事業への参画
- ③福岡市自殺対策事業への参画
- ④企業、団体に向けたメンタルヘルス講座の開催

## 10. 講師等の派遣

- 支援団体等からの要請に応じ、卓話や講演などを行う



# 予 算 書

| 勘定科目                            |                         |              | 2025年度<br>当初予算(1) | 2024年度<br>補正後予算(2) | 増減<br>(3)=(1)-(2) | 備 考            |
|---------------------------------|-------------------------|--------------|-------------------|--------------------|-------------------|----------------|
| 事業活動による収支                       | 収入                      | その他の事業収入     | 6,360,000         | 7,260,000          | △ 900,000         |                |
|                                 |                         | 補助金事業        | 5,000,000         | 5,000,000          |                   | 福岡市            |
|                                 |                         | 自殺防止事業       | 700,000           | 1,800,000          | △ 1,100,000       | 朝日厚生文化事業団、補助事業 |
|                                 |                         | 受講料事業        | 360,000           | 220,000            | 140,000           | 第51期生養成講座      |
|                                 |                         | 研修事業         | 300,000           | 240,000            | 60,000            | SV料、宿泊研修       |
|                                 |                         | 寄付金収入        | 8,907,000         | 10,680,000         | △ 1,773,000       |                |
|                                 |                         | 賛助会費         | 107,000           | 80,000             | 27,000            |                |
|                                 |                         | 千人会費         | 1,850,000         | 1,700,000          | 150,000           |                |
|                                 |                         | 法人会費         | 1,850,000         | 1,700,000          | 150,000           |                |
|                                 |                         | 寄付金          | 4,000,000         | 6,100,000          | △ 2,100,000       |                |
|                                 |                         | 共同募金         | 700,000           | 700,000            |                   |                |
|                                 |                         | その他          | 400,000           | 400,000            |                   | 新聞社事業団         |
|                                 |                         | 受取利息配当金収入    | 10,000            | 10,000             |                   |                |
|                                 |                         | 受取利息         | 10,000            | 10,000             |                   |                |
|                                 | その他の収入                  | 2,500,000    | 2,400,000         | 100,000            |                   |                |
|                                 | 雑収入                     | 2,500,000    | 2,400,000         | 100,000            |                   |                |
|                                 | 事業活動収入計(1)              | 17,777,000   | 20,350,000        | △ 2,573,000        |                   |                |
|                                 | 支出                      | 人件費支出        | 4,590,000         | 3,681,000          | 909,000           |                |
|                                 |                         | 職員給料         | 1,050,000         | 1,044,000          | 6,000             |                |
|                                 |                         | 非常勤職員給与      | 3,500,000         | 2,600,000          | 900,000           |                |
|                                 |                         | 法定福利費        | 40,000            | 37,000             | 3,000             | 労働保険           |
|                                 |                         | 事業費支出        | 6,520,000         | 8,710,000          | △ 2,190,000       |                |
|                                 |                         | 研修費          | 2,400,000         | 2,400,000          |                   |                |
|                                 |                         | 相談員諸費        | 1,400,000         | 1,400,000          |                   |                |
|                                 |                         | 自殺防止事業       | 700,000           | 1,790,000          | △ 1,090,000       |                |
|                                 |                         | 連盟分担金        | 370,000           | 370,000            |                   |                |
|                                 |                         | 広報費          | 1,250,000         | 2,400,000          | △ 1,150,000       |                |
| 賃借料                             |                         | 400,000      | 350,000           | 50,000             |                   |                |
| 雑支出                             |                         |              |                   |                    |                   |                |
| 事務費支出                           |                         | 6,667,000    | 6,545,000         | 122,000            |                   |                |
| 旅費交通費                           |                         | 10,000       |                   | 10,000             |                   |                |
| 事務消耗品費                          |                         | 550,000      | 530,000           | 20,000             |                   |                |
| 水道光熱費                           |                         | 400,000      | 400,000           |                    |                   |                |
| 修繕費                             |                         |              |                   |                    |                   |                |
| 通信運搬費                           |                         | 687,000      | 670,000           | 17,000             |                   |                |
| 会議費                             |                         | 50,000       | 39,000            | 11,000             |                   |                |
| 業務委託費                           |                         | 670,000      | 670,000           |                    | 会計事務所・警備料 他       |                |
| 手数料                             |                         | 360,000      | 360,000           |                    |                   |                |
| 賃借料(リース)                        |                         | 600,000      | 600,000           |                    | コピ`-機&PCリース料      |                |
| 土地・建物賃借料                        |                         | 3,240,000    | 3,240,000         |                    | 家賃・駐車料            |                |
| 租税公課                            |                         |              |                   |                    |                   |                |
| 雑支出                             | 100,000                 | 36,000       | 64,000            |                    |                   |                |
| 事業活動支出計(2)                      | 17,777,000              | 18,936,000   | △ 1,159,000       |                    |                   |                |
| 事業活動資金収支差額(3)=(1)-(2)           |                         |              |                   | 1,414,000          | △ 1,414,000       |                |
| 施設設備等による収支                      | 収入                      | 固定資産売却収入     |                   |                    |                   |                |
|                                 |                         | その他の収入       |                   |                    |                   |                |
|                                 | 施設設備等収入計(4)             |              |                   |                    |                   |                |
|                                 | 支出                      | 固定資産取得支出     |                   | 429,000            | △ 429,000         |                |
|                                 |                         | その他の支出       |                   |                    |                   |                |
|                                 | 施設設備等支出計(5)             |              |                   | 429,000            | △ 429,000         |                |
| 施設設備等資金収支差額(6)=(4)-(5)          |                         |              |                   | △ 429,000          |                   |                |
| その他の活動による収支                     | 収入                      | 積立資産取崩収入     |                   |                    |                   |                |
|                                 |                         | その他の収入       |                   |                    |                   |                |
|                                 |                         | その他の活動収入計(7) |                   |                    |                   |                |
|                                 | 支出                      | 積立資産支出       |                   |                    |                   |                |
|                                 |                         | その他の支出       |                   |                    |                   |                |
|                                 |                         | その他の活動支出計(8) |                   |                    |                   |                |
|                                 | その他の活動資金収支差額(9)=(8)-(7) |              |                   |                    |                   |                |
| 予備費支出(10)                       |                         |              | 500,000           |                    | 500,000           |                |
| 当期資金収支差額合計(11)=(3)+(6)+(9)-(10) |                         |              | △ 500,000         | 985,000            | △ 1,485,000       |                |
| 前期末支払資金残高(12)                   |                         |              | 5,641,547         | 4,293,560          | 1,347,987         |                |
| 当期末支払資金残高(11)+(12)              |                         |              | 5,141,547         | 5,278,560          | △ 137,013         |                |

## 社会福祉法人福岡いのちの電話 理事・評議員・監事名簿

|      |       |                               |
|------|-------|-------------------------------|
| 理事長  | 久保 千春 | (中村学園大学学長、医師)                 |
| 副理事長 | 濱生 正直 | (学校法人九州聖公学園理事長、牧師)            |
| 常務理事 | 楯林 英晴 | (福岡県精神保健福祉センター所長、医師)          |
| 理事   | 谷村 和夫 | (司法書士法人谷村事務所、司法書士)            |
| 〃    | 林 覚竜  | (南蔵院副住職)                      |
| 〃    | 瀬里 徳子 | (母子生活支援施設百道寮施設長、公認心理師、臨床心理士)  |
| 〃    | 川崎 弘詔 | (天神診療クリニック脳科学・精神医療総合研究所所長、医師) |
| 〃    | 金子 周平 | (九州大学大学院准教授、公認心理師、臨床心理士)      |
| 〃    | 末次 隆  | (西部ガスホールディングス株式会社 執行役員人財戦略部長) |
| 〃    | 長谷川 彰 | (株式会社西日本新聞社編集局社会部 編集委員)       |
| 〃    | 尾家 満  | (相談活動運営委員会 委員長)               |
| 〃    | 福島あい子 | (福島法律事務所 弁護士)                 |
| 評議員  | 衛藤 暢明 | (福岡大学医学部講師、医師)                |
| 〃    | 本山 智敬 | (福岡大学人文学部教授)                  |
| 〃    | 大野 道雄 | (徳栄寺 住職)                      |
| 〃    | 園田 紀子 | (福岡市保健医療局健康医療部長、医師)           |
| 〃    | 繁田 公志 | (しげた消化器・外科クリニック院長、医師)         |
| 〃    | 宮川 有希 | (福岡市市民局男女共同参画部長)              |
| 〃    | 見元伊津子 | (医療法人同仁会 乙金病院理事長、医師)          |

|      |       |                          |
|------|-------|--------------------------|
| 評議員  | 河邊 哲司 | (株式会社久原本家グループ本社 代表取締役社長) |
| 〃    | 相本 康一 | (株式会社西日本新聞社 報道センター部長)    |
| 〃    | 佐伯 正治 | (福岡市社会福祉協議会事務局長)         |
| 〃    | 黒瀬 茂美 | (福岡市民生委員児童委員協議会会長)       |
| 〃    | 才藤千津子 | (西南学院大学教授、臨床心理士)         |
| 〃    | 中村 有希 | (福岡市こども総合センター所長)         |
| 〃    | 川口 貴子 | (福岡市精神保健福祉センター所長、医師)     |
| 〃    | 隈井 理絵 | (福岡県私学振興・青少年育成局青少年育成課)   |
| 〃    | 執行 好子 | (事業ボランティア代表)             |
| 〃    | 浅田 詩子 | (ボランティア代表)               |
| 〃    | 谷口 尚明 | (ボランティア代表)               |
| 〃    | 井元 忍  | (ボランティア代表)               |
| 監事   | 榎藤 説子 | (税理士)                    |
| 〃    | 吉野 正  | (吉野・宮下法律事務所、弁護士)         |
| 顧問   | 中川 哲也 | (元理事長、医師)                |
| 〃    | 林 覚乗  | (元副理事長、南蔵院住職)            |
| 〃    | 林 幹男  | (前理事長、臨床心理士)             |
| 〃    | 河邊 正一 | (前事務局長)                  |
| 事務局長 | 金子 英次 |                          |

(2025年6月7日現在 敬称略)

## 福岡いのちの電話 ボランティア募集

〈現在募集中です〉

募集内容はネット上で見るができます。  
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とそれ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。

### 恒例

## 恒例 猛暑を笑いでとばす「里帰り納涼寄席」



7月31日(木)、ふくふくプラザホールにて恒例となります里帰り納涼寄席を開演します。今回は、福岡県人隊(写真左から、笑福亭風喬、桂よね吉、露の団四郎)の御三方です。

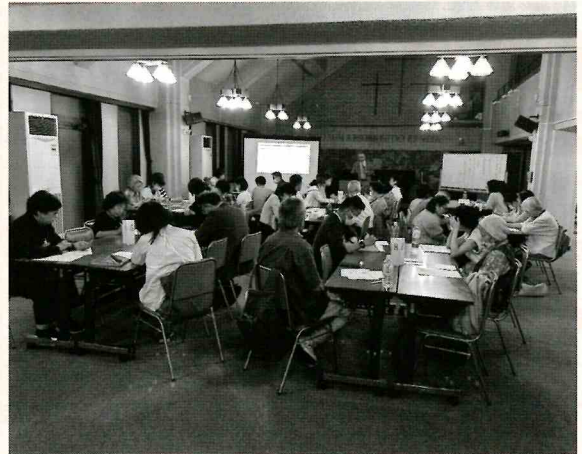
皆様の参加をお待ちしております。参加ご希望の方は事務局までご連絡ください。

## 2025年度 第1回 全体研修

### 「頻回通話者からの日常会話等難しく感じる電話をどう受ける？」

5月21日（水）午後6時30分から、九州キリスト教会館4階ホールで、2025年度第1回全体研修を開催しました。豪雨の影響から当日欠席者が多く、参加者は38名でした。

松尾教育委員長を講師に迎え、「1回制なのに度々」、「度々同じ話をする」、「相談なの？単なる日常会話では？」、「作話？」として、かけての背景等について説明を受けました。その後、6～7名のグループに分かれ、日頃から難しく感じていること、困った体験、共有したい話題など参加者で意見を交換しました。



参加された方の主な意見は以下のとおりです。

- ・ 同じ内容の話だと共感しにくいと思って集中できないこともあるが、一つ一つの話にしっかりと向き合うことの重要性を感じた
- ・ 電話をかけてこられたことには意味があることをこころにとめて電話を受けたいと思った
- ・ いのちの電話では「話すことが離すこと」につながっていると思った
- ・ 相談員同士が思っていることを語り合えてよかった 一緒に振り返ってくれてホッとした
- ・ 日頃お会いしない相談員と様々な話をするのができて良かった
- ・ 作話？騙される？こともあるが、それもまた必要なことでは？心に残りました
- ・ 苦手な方がいて悩んでいましたが、同じように感じている方もおられ、心が少し落ち着いた

## イオン黄色いレシートキャンペーンの贈呈式



事業ボランティア会が毎月11日にイオン香椎浜店で参加している「イオン黄色いレシートキャンペーン※」の贈呈式が、4月22日に開催され、吉田店長からイオンカード（53,000円分）が金子事務局長に贈呈されました。

※11日のみ発行される黄色いレシートを参加団体の箱に入れてもらい、その総額の1%が団体に還元される仕組み。

### 訃報

開局当初から福岡いのちの電話に理事、教育委員として、また、理事長として長年にわたってご指導していただいた林幹男氏が、6月10日永眠されました。

理事長退任後にも、総会やチャリティコンサートに奥様とご一緒されていた元気なご様子が目に浮かびます。リハビリを頑張っておられましたが、5月中旬に体調悪化で入院されていました。心よりご冥福をお祈りいたします。

# ご援助 ありがとうございます

## 寄附感謝報告 2025年3月1日～2025年5月31日（敬称略・受付順）

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

|                               |         |
|-------------------------------|---------|
| 山本敏元(㈱ロイ設計)<br>(福岡鶴城ライオンズクラブ) | 10,000  |
| 五十嵐 実(㈱福岡住宅センター)              | 10,000  |
| 渡辺健生(㈱渡辺測量建築事務所)              | 10,000  |
| 宇都宮英人(宇都宮法律事務所)               | 10,000  |
| 村山佳朗                          | 100,000 |
| 加来一太郎                         | 10,000  |
| 宮崎信義                          | 10,000  |
| 藤見 是<br>(医)藤見胃腸科内科医院)         | 10,000  |
| 梅根眞知子                         | 10,000  |
| 若杉山文殊院 高瀬覚照                   | 10,000  |
| 元山浩貴<br>(医)もとやま小児科クリニック)      | 10,000  |
| 高倉治雄                          | 10,000  |
| 高宮紘士                          | 10,000  |
| 村上信子                          | 10,000  |
| 山川信夫                          | 10,000  |
| 林 幹男                          | 20,000  |
| 成道寺 佐藤隆昭                      | 10,000  |
| 木上勝征                          | 20,000  |
| 雷音寺                           | 10,000  |
| 穠吉ひろみ                         | 10,000  |
| 松尾慶孝                          | 10,000  |
| 仲吉則雄<br>(なかよし眼科クリニック)         | 10,000  |
| 吉野 正                          | 10,000  |

|                        |        |
|------------------------|--------|
| 乙藤秀臣                   | 10,000 |
| 村上晃二(村山歯科医院)           | 10,000 |
| 長門博之                   | 10,000 |
| 萬年浩雄                   | 10,000 |
| 原 経博                   | 10,000 |
| 梅野英輔<br>(医)梅野小児科内科医院)  | 10,000 |
| (医)西福岡病院(安藤文英)         | 10,000 |
| 聖峰会 マリン病院              | 10,000 |
| 権藤説子                   | 20,000 |
| 大西純一<br>(内科小児科 大西医院)   | 10,000 |
| 山手誠之助                  | 10,000 |
| 杉本 登(杉本歯科医院)           | 10,000 |
| 東長寺                    | 10,000 |
| 山名敏子((医)山名としこ眼科)       | 10,000 |
| ㈱花のチモト                 | 10,000 |
| 穴井元昭                   | 10,000 |
| 金藤哲明(金藤歯科医院)           | 10,000 |
| 太田輝幸                   | 10,000 |
| 高宮義臣<br>(医)高宮外科内科医院)   | 10,000 |
| 専立寺                    | 10,000 |
| 住吉康平(住吉クリニック)          | 10,000 |
| 西岡雄二<br>(医)社団昭和会 西岡病院) | 10,000 |
| 山口雅子                   | 10,000 |
| 生田 潔                   | 10,000 |

|                             |        |
|-----------------------------|--------|
| 井上仁人                        | 10,000 |
| (医)つくし会病院                   | 10,000 |
| 倉成太郎                        | 10,000 |
| 佐野百合子                       | 10,000 |
| (医)同仁会 乙金病院                 | 20,000 |
| ㈱九食                         | 10,000 |
| 船越睦子                        | 10,000 |
| 山口祐司<br>(医)GSGL会 福岡浦添クリニック) | 10,000 |
| 五斗美代子                       | 20,000 |
| 松本一郎<br>(医)松本小児科医院)         | 10,000 |
| (医)秀治会 高口歯科医院               | 10,000 |
| 吉崎謙作                        | 10,000 |
| 佐藤 勉                        | 10,000 |
| (有)吉塚酒店                     | 10,000 |
| ㈱丸屋                         | 10,000 |
| 市丸信敏(不二法律事務所)               | 10,000 |
| 岡田修一                        | 10,000 |
| (医)白翠園 春日病院                 | 10,000 |
| 中島英之                        | 10,000 |
| 中川哲也                        | 10,000 |
| 原口 勝                        | 10,000 |
| 荒木靖邦<br>(あらかきファミリー歯科)       | 10,000 |
| 吉田黎子                        | 10,000 |
| 吉開泰信                        | 20,000 |



|                             |        |
|-----------------------------|--------|
| 大木 實<br>(医)樹の実会 太木整形・リハビリ医院 | 10,000 |
| 吉野みえ子                       | 10,000 |
| 村山正治                        | 10,000 |
| 松崎 隆                        | 10,000 |
| (宗)真正寺                      | 10,000 |
| 川原 健                        | 10,000 |
| 村岡重弘<br>(医)むらおか歯科医院         | 10,000 |
| 川谷大治<br>(医)寛仁会 川谷医院         | 20,000 |
| 武部道孝                        | 10,000 |
| 島田 茂(株)島田電気商会               | 10,000 |
| 石橋明人<br>(石橋内科循環器科医院)        | 10,000 |
| 中島昌子                        | 10,000 |
| (医)緑心会 福岡保養院                | 10,000 |

## 賛助会

|       |        |
|-------|--------|
| 無津呂町子 | 5,000  |
| 原田元子  | 2,000  |
| 井上眞知子 | 10,000 |
| 錦織靖子  | 3,000  |
| 西宗寺   | 6,000  |
| 本松一成  | 2,000  |
| 正田美加  | 3,000  |
| 久保カヨ子 | 5,000  |

## 一般寄附

|                    |        |
|--------------------|--------|
| 小野久美子              | 10,000 |
| 「いのちの電話」プロジェクト 募金箱 | 2,000  |
| 川野正子               | 20,000 |
| 福盛英明               | 10,000 |

|                         |         |
|-------------------------|---------|
| 福岡鶴城ライオンズクラブ            | 200,000 |
| 薬師寺哲郎                   | 10,000  |
| 漆間道宏                    | 5,000   |
| 村上 浩                    | 10,000  |
| 大分上野丘高校25期<br>福岡支部同窓会有志 | 10,000  |
| 福岡女学院教会                 | 5,000   |
| 福岡いのちの電話 後援会            | 300,000 |
| 福岡いのちの電話 事業ボランティア会      | 170,000 |
| 廣瀬宣明 恵子                 | 10,000  |
| 山崎美美子                   | 10,000  |
| 関根敏子                    | 5,000   |
| 匿名                      | 10,000  |
| 松村瑞子                    | 10,000  |
| 佐藤豊秀                    | 10,000  |
| 八田喜弘((医)八田内科医院)         | 10,000  |
| 井上悦子                    | 50,000  |
| 善照寺 七里信路                | 10,000  |
| 入江春代                    | 10,000  |
| 匿名                      | 5,000   |
| 藤田宗春                    | 30,000  |
| 青木 悟                    | 3,000   |
| 一刈吉房                    | 10,000  |
| 匿名                      | 3,000   |
| 貞池龍彦(ふくおか未来塾)           | 7,000   |
| 小川栄子                    | 3,000   |
| 坂本憲治                    | 10,000  |
| 東端啓子                    | 5,000   |
| 松元博文                    | 20,000  |
| 山下奈保美                   | 5,000   |

|                        |        |
|------------------------|--------|
| 黒田博子                   | 5,000  |
| 吉村松子                   | 20,000 |
| 繁田公志<br>(しげた消化器科・外科医院) | 10,000 |

## 法人会

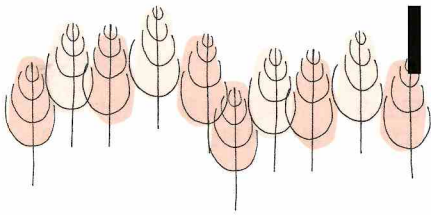
|                |        |
|----------------|--------|
| (医)心和堂 後藤クリニック | 30,000 |
| (株)愛しと一と       | 30,000 |

## 助成金

|                 |         |
|-----------------|---------|
| (公財)毎日新聞西部社会事業団 | 100,000 |
|-----------------|---------|

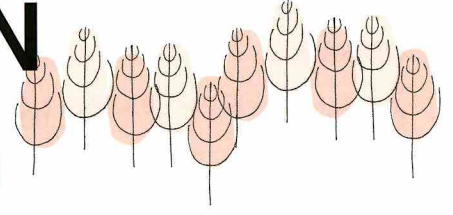
## 支援自販機

|                              |        |
|------------------------------|--------|
| (財)恵愛団(九州大学病院内)              | 75,034 |
| 西部ガスホールディングス(株)<br>(パピヨン24内) | 34,452 |
| 西部ガスホールディングス(株)<br>(油山研修所内)  | 1,625  |
| 西部ガス都市開発(株)<br>(サンテ飯倉内)      | 1,401  |
| 西部ガス都市開発(株)<br>(ニシコー千代ビル内)   | 11,589 |
| (有)ダイキ通信工業(自社内)              | 16,554 |
| (株)西日本新聞社(本社)                | 37,096 |
| (株)西日本新聞プロダクツ<br>(製作センター)    | 14,852 |
| 福岡県弁護士会<br>(福岡県弁護士会館内)       | 7,299  |
| JFEパイプライン(株)(自社内)            | 1,798  |
| 九州電力(株)(電気ビル新館8階)            | 4,619  |



# INFORMATION

## インフォメーション



日誌 2025.3.1~2025.5.31

### 3月

- 2 「いのちの電話プロジェクト」  
(講師：児玉遥氏)
- 5 第50期養成講座  
(講師：松崎佳子氏)
- 5 相談活動運営委員会
- 6 福岡鶴城ライオンズクラブ例会  
卓話
- 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「手づくり会」  
事業ボランティア例会
- 18 第12回理事会
- 19 第50期養成講座  
(講師：松尾公孝氏)
- 22 リフレッシュ研修  
(講師：瀬里徳子氏)
- 24 九州沖縄地区会議(リモート)
- 25 事業ボランティア「手づくり会」
- 26 受信資料検討班会  
第12回教育委員会  
拡大教育委員会
- 28 自主研修「もみじの会」

### 4月

- 2 第50期養成講座(演習①)
- 3 相談活動運営委員会
- 8 事業ボランティア「手づくり会」
- 9 受信資料検討班会
- 10 フリーダイヤル  
「自殺予防いのちの電話」
- 12 研修運営班会  
自主研修「ケースと私」
- 16 第50期養成講座  
(講師：福盛英明氏)
- 21 自主研修「もみじの会」  
第1回理事会
- 22 事業ボランティア「手づくり会」
- 23 事務局会議  
第1回教育委員会  
世話人会
- 24 連盟会議(能登半島地震支援事  
業関係、リモート)
- 25 内部監査
- 30 第50期養成講座(演習②)

### 5月

- 7 受信資料検討班会
- 10 フリーダイヤル  
「自殺予防いのちの電話」  
研修運営班会
- 11 事業ボランティア「イオン黄色  
いレシートキャンペーン」参加
- 13 事業ボランティア「手づくり会」  
事業ボランティア例会
- 14 評議員選任解任委員会  
第50期生養成講座  
(講師：川谷大治氏)  
相談活動運営委員会  
広報班会
- 19 第2回理事会
- 21 事務局会議  
第1回全体研修  
(講師：松尾公孝氏)
- 27 事業ボランティア「手づくり会」
- 28 第50期養成講座(演習③)  
第2回教育委員会
- 30 自主研修「もみじの会」

## 【編集後記】

巻頭言は、開局当初から福岡いのちの電話を支えていただいている荒浪様に「傾聴が基本」の大切さ」と題して、ご執筆いただきました。いのちの電話の基本について、再度考える機会となれば幸いです。

皆さん、自律神経を整えるのにどのようなことを実践していますか。健康オタクな私はこれまで、瞑想、祝詞やお経をあげる、気功(撼天柱(かんでんちゅう)、スワイショウ)、正心調息法など色々取り組んできました。

最近、「サウナで整う」がマイブームとなっています。溶岩サウナ(100度以上)と超冷浴(9度)と外気浴を3セットで所要約1時間、週一回のペースで通っています。

これまで20年近く、入浴は西式健康法で温浴(40度)と冷浴(15度)を各1分間5回繰り返す、また、朝起きて裸の水シャワーを年中して、冷水に慣れ親しんだ生活を送っていましたが、スーパー銭湯とは違った専門店でのサ活の爽快感は格別なものがあります。

ただ、突然死にならないよう、水分補給をこまめに行う、サウナハットは必ず被る、冷浴は足から順にゆっくり浸かることなどを注意しながら楽しんでいます。梅雨の鬱陶しさをサ活で乗り切りませんか。(H.K)

### 電話受付件数

2025年3月~2025年5月

|        |         |
|--------|---------|
| 受付件数   | 2,971件  |
| 延べ相談員数 | 818人    |
| 延べ受信時間 | 84,715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 久保 千春

編集 広報活動班



この「会報」は共同募金の配分金で作成しています。