



相談員の心の支えであった林幹男先生

福岡いのちの電話 教育委員長

松尾 公孝

福岡県公立学校スクールカウンセラー



2025年6月10日、福岡いのちの電話第4代理事長である林幹男先生がご逝去されました。謹んでご冥福をお祈り申し上げます。

林先生は福岡いのちの電話が立ち上がった頃に沖縄から地元福岡に戻ってこられ、それ以来、福岡いのちの電話の屋台骨を背負い続けてこられました。理事長は16年務められましたが、副理事長、常任理事、理事、教育委員長、事務局長を歴任されており、福岡いのちの電話を造り、育て、成長させて来られました。それでいて、ボランティア相談員と共にいつも穏やかににこやかにおられ、相談員に寄り添い、相談員の話をついつも聴いてくださっていました。

かつては夏に毎年一泊研修があり、昼の部、夜の部が終わると懇親会です。林先生の周りにはいつも相談員が寄り集まり、電話相談についての議論が展開されることも多くありました。議論に熱くなった相談員が林先生に詰め寄るようなことがあっても、林先生は相談員の話をつ十分に聴き、穏

やかに話を進められ、その場に居る皆さんが「ふーん」とため息をつくような形で治められていました。私もいろいろな疑問をたくさん解いていただき、意欲をかきたてて頂きました。

また、九州各センターで研修する時も、全国規模の研修会でも各センターのスタッフが尊敬の眼差しで林先生の元に駆けつけて来られます。電話相談に関する物だけでも様々な業績があり、日本電話相談学会の理事長を務められたこともあります。日本でもこのようなトップクラスの先生が福岡におられ親しくご指導していただけたことは大変に幸せなことだったと今更ながら思います。

福岡いのちの電話は、昨年の10月に開局40周年を迎えました。次から次に起きる難問に皆で力を合わせて対処し、これからもボランティア相談員を集め、育てて、林先生が丹精を込められた眠らぬダイヤルを守り、人生に苦戦して悩み苦しむ人々のために傾聴するセンターとして発展させていきたいと思っています。林先生ありがとうございました。

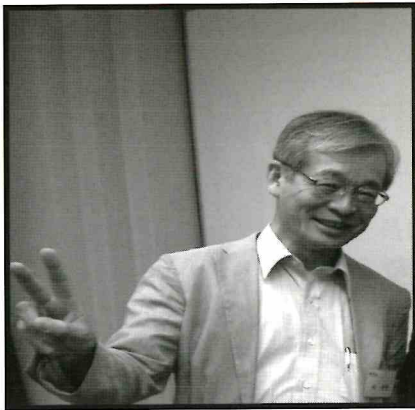


第2回 全体研修

分科会A「故 林 幹男 前理事長を語り合い、教えを学ぶ」

8月23日(土) キリスト教会館3FA室 午後3時~5時

参加者16名+松尾講師+長谷川理事



夏の研修分科会は、8月23日に相談員16名と講師、活動班メンバー1名の総勢18名が参加し、落ち着いた雰囲気が始まりました。はじめに、講師の松尾先生の案内で「故 林 幹男 先生」を偲び黙とうが行われました。

当初、分科会の開催に当たっては、何名の方が参加して頂けるか正直不安でしたが、その心配は杞憂に終わりました。林先生をよく知る方々に加え、『林先生とは全く接点がありませんでしたが、どんな先生なのですか』とか、『お名前は知っていました。「いのちの電話」の基本を教えて下さった先生ですね』とか、『備えてあった本で先生の考えを知りました』といった反応があり、何と1期生から39期生までの参加者と、林先生と接したことがない40期以降の

参加者と同数で参加していただいたことに驚きました。

「福岡いのちの電話」にとっては、林先生の理念と教えが脈々と受け継がれて「福岡いのちの電話」の活動の基盤を作っているのだと、改めて感じました。

「林 幹男先生は『福岡いのちの電話』開設当初より40年もの長きにわたり先頭に立って活動を牽引され、その温厚なお人柄は相談員にとって心の支えでした。また『日本電話相談学会』の理事長を歴任され日本の「電話相談」の基本理念、理論、手法を構築されたお一人でもありました。」という紹介のとおりの方でした。長く自主研修会を通じて先生と親交のあった方が、先生の穏やかな姿の写真をご用意していただいたので、参加者それぞれに先生への想いをたどりながら、静かな雰囲気でも語り合いました。

先生は、「いのちの電話」の特性として、利用者主導性、匿名性、1回性等に並び情報の欠如(Knowledge of Results)を掲げられ、『いのちの電話』の活動は、電話中は相談員による「誠心誠意」の対応を心掛けるが、その結果については知ることは出来ない。そういう特性を持った、聴覚依存の情報処理の活動である』と提唱され、この活動の報われなさを強調されていました。

それは「いのちの電話」を受ける相談員の活動の困難さ、そのものであると考えます。電話相談機関は他にも多くありますが、「いのちの電話」の対応とは本質的に違うのではないのでしょうか。ある程度自分の問題意識を持った方による専門機関への相談と違い、「いのちの電話」には自分の悩みが何なのか、何に怒っているのか、長く深く傷つきながら誰にも打ち明けることなく孤立している方々からの心の叫びではないか。そのまま受け止めることを通して、相談者を受け容れ、認めて再び人として自立し生きて行かれることを願う活動であるのではと、私は考えます。

最後に、講師の松尾先生が、『相槌をうったり相談者の言葉を繰り返しながら、聴くことが大切。相談者のまともな思いを言葉にしてもらうこと、そして自分を知ること何かに気付いてもらう、それが大切です。』と締めくくられ、出席者一同は、「いのちの電話」の活動の基本を再確認したところです。

林先生と長きにわたって一緒に学ばれた方々も、面識はなかったという方々も、林先生を偲びともに語り合いながら、「いのちの電話」の基本姿勢を改めて確認した研修分科会となりました。参加者全員が参加してよかった、「いのちの電話」の基本が分かった気がした、との感想を共有しながら、それぞれがこれからも「福岡いのちの電話」の活動を継続して行こうと、心に誓った暑い夏のひとときでした。

定観念や価値観に気付かされ、有意義な時間になりました。鼻笛の音色に笑顔と幸福感をいただきました。

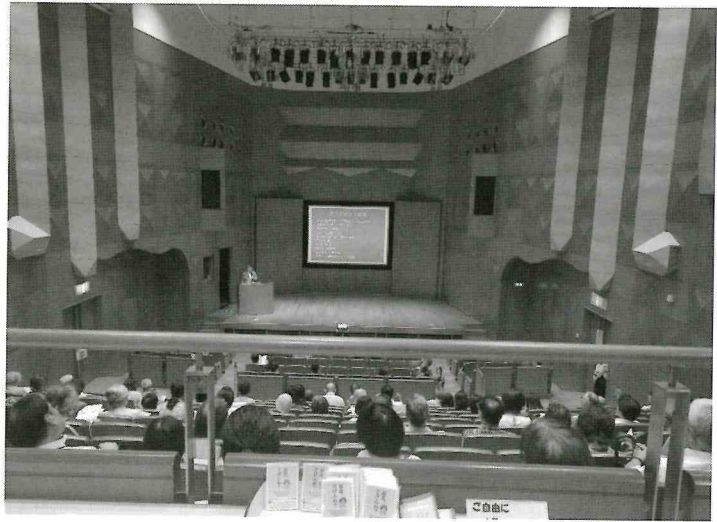


分科会B「現代社会のストレスと対処～いのちの電話から～」

9月2日(火) あいれふ10階ホール

講師：久保 千春氏(福岡いのちの電話理事長)

福岡市精神福祉センター主催による「福岡市フォーラム2025」は久保千春理事長を講師に迎え講演会が開催されました。9月10日～16日は自殺予防週間ということもあり、身近な自殺予防を考え、対処する方法を講演いただきました。参加された皆さんの感想をご紹介します。



- まったくストレスがない生活はないでしょうが、ややストレスのある生活の中でどう生きるか、試行錯誤する人間味ある人生でいいなと思いました。
- 「話す→放す」の重要性を再認識しました。「福岡いのちの電話」電話担当者の使命をしっかりと心に止めて業務に当たりたいと思います。
- 変化の多い現代社会の中で、サポート体制があるかは大きな要因とのお話があり、小さな力でも相談員としてサポートになれる様に努力したいと思いました。
- 多岐に渡る情報データを学ぶことができました。ストレス対処、カウンセリングの効果で「話すリリース」がとても重要であること、ボランティア活動の意義を再認識しました。
- 専門的なことばがたくさん紹介され短時間で理解することが難しかったですが、とてもよかったです。ありがとうございました。
- 若い頃は病院に行くと、ストレスと診断されていましたが、今は加齢と診断されます。まったくストレスがない生活はないでしょうが、ストレスのある生活の中でどう生きるか、試行錯誤する人間味ある人生でよいと思いました。
- ストレス対処法(会話・食事・買い物・運動・飲酒・趣味・旅行・音楽・散歩・読書)のお話は大変参考になりました。

帰ってきました!! 「里帰り納涼寄席」を開催しました

7月31日(木)に福岡いのちの電話後援会が主催するチャリティイベント、「上方落語福岡県人隊」の皆さんによる「里帰り納涼寄席」が福岡市市民福祉プラザ(ふくふくプラザホール)で開催されました。

2015年から始まった夏の恒例行事で、昨年引き続き県人隊メンバーの笑福亭風喬さん、桂よね吉さんに加え、今年は露の団四郎さんが出演されました。話し手の巧みな話芸で思わず笑いだし、日ごろのストレス解消になりました。



第49期電話相談ボランティア養成講座閉講式を行いました

2025年9月1日（月）にキリスト教会館にて、2年間の養成講座を修了した49期生10名（7名参加）が閉講式において委嘱状の交付を受けました。

講座1年目は、多方面にわたる専門家からの講義と電話相談養成サポーターによる電話対応の演習、2年目は実際の電話対応と認定スーパービジョンを3回受けて、今回の資格認定となりました。楯林常務理事の開会の言葉から始まり久保理事長からのあ

いさつの後、認定者お一人おひとりに委嘱状をお渡ししました。

その後、松尾教育委員長に司会を務めていただき、認定者の悩みや疑問について電話相談養成サポーターがアドバイスをする「交流会」を行い、濱生副理事からの閉会のことばで終了しました。認定者を代表して、お二人の方の2年間の感想やこれからの決意についてご紹介します。

閉講式を迎えて

入講式からあっという間に2年が過ぎ、先日、無事閉講式を迎えることが出来ました。共に学んだ49期生全員で、この日に臨めたことも心より感謝です。1年目の座学は、著名な講師の方々から大変興味深い学びを頂き、難しい内容もありましたが、未知な世界へと見聞を広めることも出来ました。

2年目の10月モニター研修後、不安と緊張の中、一人で電話を受けた初日の感動を今も忘れることができません。「聞いてくれて、ありがとう」と仰ったコーラーの言葉でした。電話の向こうで、誰かが感謝をして下さっている。「こちらこそ、ありがとうございます」と喜びを感じ、それが今も継続しています。

日常では知りえない、経験することのない人生を垣間見せて頂きこちらが学ぶことも多く、世の中の理不尽さに共に泣く時も、リピーターのコーラーにまたかと微笑んでしまう時もあります。その一回一回の電話が私自身を成長に導いてくれていると実感できています。同期の方々とも相談したり、交流を続け心強い同志でいられる今に感謝です。ボランティアに御縁があって以降、私自身の生活に恩恵と感謝を抱くことが沢山増えました。ご指導、アドバイスを下さる諸先輩方、事務局の皆様、心からありがとうございます。初心を忘れず、丁寧に寄り添う

対応を心がけ今後も電話を一本でも多く受けていく所存です。（K.N）

2年間の講習を終えて

私が福岡いのちの電話の相談員に応募したのは、自分自身の社会性を保ちたいという思いからでした。仕事や家庭の環境が変化し、社会との関わり方を改めて考える中で、人と向き合い、役立つ活動に携わりたいと感じたことがきっかけです。正直なところ、当初は「自分にできるだろうか」という不安もありましたが、2年間の学びを通して、かけがえない気づきと成長を得ることができました。

特に大きな学びは、傾聴や共感の大切さです。50代半ばにして改めて、相手の言葉をただ受け止め、寄り添うことがどれほど深い意味を持つのかを知りました。講習の中で行ったロールプレイでは、相手の気持ちを急いで理解しようとするあまり、本当の声を聞き逃してしまうこともありました。その経験を通して、「相手のペースに合わせて待つこと」「自分の考えを押しつけずに耳を澄ますこと」が、安心や信頼につながるのだと実感しました。

また、日常生活においても、家族や友人の話を聞く際に意識が変わりました。すぐに答えや意見を返すのではなく、まずは受け止め、共感する姿勢を大事にするようになったのは自分でもちょっとした驚



きでした。この変化は、単なる学びを超えて、自分自身の人間関係を豊かにしてくれるものであると確信しています。

2年間の講習を終え、ここまで支えてくださった先生方、サポーターや事務局の方々、そして同期の皆さんへ感謝の気持ちでいっぱいです。今回学んだことを忘れず、今後も社会の一員として、人の心に寄り添う姿勢を実生活や活動の中で大切にしていきたいと思います。(Y.N)



ハートフルフェスタ福岡 2025「自分らしく生きる！」 団体講演会 日常でいきる聴き方 伝え方

福岡市主催福岡いのちの電話参加によるハートフルフェスタ福岡2025年「自分らしく生きる！」団体講演会を、10月18日(土)15時から福岡市人権啓発センター(あいれふ8階、福岡市中央区舞鶴2-5-1)で開催されます。

講師に吉良安之氏(福岡女学院大学客員教授)をお迎えします。先着50名となっています。ご希望の方は、事務局(☎092-713-4343)までお問い合わせください。

自殺予防公開講座「命の参観日～多文化共生の 観点からの自殺防止」が開催されます。

福岡いのちの電話と朝日新聞厚生文化事業団との共催による2025年度自殺予防公開講座(厚生労働省自殺対策事業)が、2026年1月18日(日)14時からレソラホール(レソラ天神5階、福岡市中央区天神2-5-55)で開催されます。

講師に玉城ちはる氏(広島安田女子大学非常勤講師)をお迎えします。先着200名となっています。ご希望の方は、事務局(☎092-713-4343)までお問い合わせください。

リレー 随 想

第37回

福岡いのちの電話 スーパーバイザー
瀬里 徳子



「食欲の秋」に思う

暑い暑い夏がようやく過ぎ去ろうとしています。やっと秋の気配が感じられるようになりました。秋…といえばやっぱり「食欲の秋」ですよね。秋に限ることなく、私は「食べる」ことが大好きで、暑い夏であろうが、その季節の旬のものを中心に、食欲が衰えることはまずありません。

友人と時々ランチに行くのも楽しみの一つですが、スーパー等で食材を見て回り、こんな調理法だと美味しいかなあ、など考えながら買い物をするのも一つのリフレッシュになっています。と言ってもそんなに手の込んだ料理は出来ませんが、豆腐を切って薬味を添えた冷やっこ一品でも食卓に並ぶ品数が多いと幸せな気分になります。

なんだか私の食生活に関する報告のようになってきましたが、何故このような話をするのか不思議に思われることでしょう。実は、心理臨床学会が発行する雑誌の最新号の特集が「食べることと心」と言うテーマなのです。すぐさまページをめくると興味深い内容なのでみなさまにもお伝えしたいと思った次第です。紙面の都合上全てをお伝えすることはできませんが、特に印象に残ったことを挙げてみます。

まず、トイレで食事をする学生がいる、という事実です。その理由は、一人きりで食事をしている姿

を知人に見られたくないからだそうです。確かに現在の日本のトイレは清潔で、プライベートな空間ではありますが…。

「ひとりぼっち」を恐れるあまり、トイレで食事をする若者がいる反面、「おひとりさま」というように一人で食事することがライフスタイルとして市民権を得ている側面もあります。

ある調査によると、「おいしいものは一人ではなく、誰かと一緒に食べたい」「家族（友人）との食事は、ストレス緩和になる」と回答した人の割合は、2022年から2024年にかけて減少しているそうです。勿論、この時期はコロナ禍にあったので、その影響は否定できませんが、コロナが収束しても孤食が進行しているのは否めないようです。

食事は、誰かと一緒に食べること（共食）で、人間関係を深めるという機能を持つと言われます。人と食べることによって親密性や感受性が育つことも事実です。だからといって、共食を強制しようとは思いませんが、孤食ばかりでなく、積極的に共食も楽しむという柔軟性は必要ではないかと思います。食事は人間にとって栄養を吸収し身体的な健康を保つのみでなく、心理的な健康にも関与する営みですから…。





ご援助ありがとうございます

寄附感謝報告 2025年6月1日～2025年8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

納富育代	10,000
安藤 寛((医)あんど小児科医院)	10,000
諸岡達也(諸岡小児科医院)	10,000
高岸智也((医)高岸小児科医院)	10,000
佐藤好史	10,000
藤見和代(藤見内科医院)	10,000
松崎佳子	10,000
三木 宏(平尾病院)	10,000
大島義太郎((有)大島設計)	10,000
大串秀明((医)大串クリニック)	10,000
岩永安弘	10,000
西島公子	10,000
佐藤英彦	10,000
安武清勝	10,000
五十嵐 実(株福岡住宅センター)	10,000

賛助会

金 長壽	5,000
江口祐子	10,000
中村 正	4,000

一般寄付

匿名	5,000
田中幸彦	1,000
金子英次	30,000
匿名	500,000
入江正徳	20,000
(有)入江地所	50,000

北島雅章	5,000
得丸征夫	5,000
陣川桂三	10,000
矢野幸次郎	50,000
仲田京子	10,000
西川とも丞(株博多石焼大阪屋)	10,000
小柳康之	10,000
石内みよし	10,000
鉄崎廣生	10,000
九州電力(株)	200,000
高比良俊一・美弥	10,000
林 一美	100,000
納涼寄席 募金箱	6,800
田中幸彦	1,000
島田文雄	10,000
福岡平成ロータリークラブ	50,000
福留留美	10,000

法人会

九州八重洲(株)	30,000
アサヒビール(株)福岡支店	30,000
(株)ふくや	50,000
(一社)福岡市医師会	30,000
アズビル金門(株)	30,000
(株)サイブモータース	30,000
ジャパン福岡ペプシコーラ販売(株)	30,000
(株)新出光	100,000
KBCグループホールディングス(株)	60,000
九州石井運輸(株)	30,000

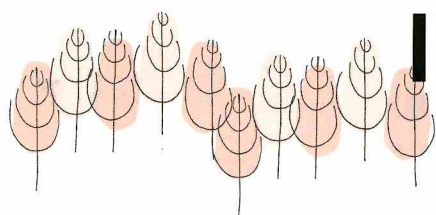
(株)マルタイ	30,000
(株)電気ビル	30,000
西日本技術開発(株)	30,000
九電産業(株)	30,000
リンナイ(株)九州支社	30,000
(株)西日本シティ銀行	100,000
西部ガスホールディングス(株)	200,000
(株)九電工	100,000
西日本鉄道(株)	100,000
(株)九州エース電研	300,000
(株)福岡銀行	100,000
九州旅客鉄道(株)	100,000

助成金

(社)福岡県共同募金会	700,000
-------------	---------

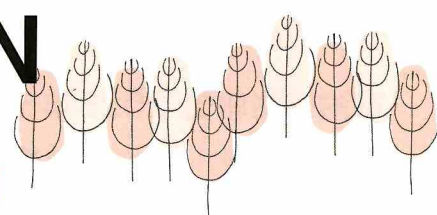
支援自販機

(財)恵愛団(九州大学病院内)	88,027
西部ガスホールディングス(株) (パピヨン24内)	27,851
(油山研修所内)	1,960
西部ガス都市開発(株) (サンテ飯倉内)	1,447
(ニシコー千代ビル内)	10,912
(有)ダイキ通信工業(自社内)	16,249
(株)西日本新聞社(本社)	41,895
(株)西日本新聞プロダクツ (製作センター)	15,611
福岡県弁護士会 (福岡県弁護士会館内)	7,034
JFEパイプライン(株)(自社内)	1,962
九州電力(株)(電気ビル新館8階)	4,260



INFORMATION

インフォメーション



日誌 2025.6.1~2025.8.31

6月

- 4 第50期養成講座
(講師：衛藤暢明先生)
- 4 相談活動運営委員会
- 7 定例評議員会
- 7 第3回理事会
- 10 フリーダイヤル
「自殺予防いのちの電話」
- 10 事業ボランティア「手づくり会」
- 10 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
- 11 受信資料検討班会
- 17 連盟ネット作業部会(リモート)
- 19 第13回理事会
- 21 連盟総会(リモート)
- 21 語り場
- 24 事業ボランティア「手づくり会」
- 25 事務局会議
- 25 第3回教育委員会
- 25 第50期養成講座(演習④)
- 27 自主研修「もみじの会」

7月

- 2 相談活動運営委員会
- 5 会員総会
- 8 事業ボランティア「手づくり会」
- 9 第50期養成講座(演習⑤)
- 10 フリーダイヤル
「自殺予防いのちの電話」
- 10 第4回理事会
- 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
- 12 自主研修「ケースと私」
- 22 事業ボランティア「手づくり会」
- 23 受信資料検討班会
- 23 事務局会議
- 23 第4回教育委員会
- 25 自主研修「もみじの会」
- 26~27 第50期養成講座宿泊研修
(講師：岡田健一氏)
- 31 里帰り納涼寄席

8月

- 4 連盟ネット作業部会(リモート)
- 5 第50期養成講座
(講師：瀬里徳子氏)
- 8 福岡市自殺対策協議会(理事長)
- 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「イオン黄色
いレシートキャンペーン」参加
- 16~17 養成サポーター継続研修
(講師：本山智敬氏)
- 19 第5回理事会
- 20 第50期養成講座
(講師：松尾公孝氏)
- 23 第2回全体研修
(講師：松尾公孝氏)
- 26 事業ボランティア「手づくり会」
- 21 事務局会議
- 21 第5回教育委員会

【編】集【後】記【】

今年の猛暑の夏も皆さんは「高校野球」を楽しみましたか。甲子園出場を夢見て白球を追いかけていた数十年前の野球少年もそうでない方も、出身高校や地元の高校を応援された事と思います。先日テレビで、前後に進む左右に進むことが苦手な障がいのある小学生が、「野球がどうしてもやりたい」と両親を1年がかりで説得し、少年野球チームの監督さんから父親同伴で是非参加をと了承を得たそうです。少年は、野球を頑張り、少しずつですが前後左右に動けるようになっていく姿が放映されていました。その時のインタビューでその野球少年は「得意なことをやるのではなく、自分が好きなことをやる方が楽しいから、わくわくするから」と答えていました。改めて一生懸命に取り組む事への大切さを教えていただいた気がします。まだまだこれからもやりたい事に挑戦しましょう！！

電話受付件数

2025年6月~2025年8月

受付件数	3,129件
延べ相談員数	795人
延べ受信時間	89,164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。