

With you



ロゴマーク選考結果

最優秀賞

長野県 宮川ヒロミさんの作品



作品のコンセプト・趣旨

ハートがしっかりつながる「はりまいのちの電話」のロゴマークです。受話器に手をのばす動きと、会話をとおしてこころが動くようすを判りやすく表現しています。

CONTENTS

「傾聴」に思う Sr.田中かよ子	2	事務局日誌・統計報告	6
相談員募集について	3	ご支援ありがとうございます	7
相談員の声	4	ロゴマーク選考結果	8
支援者からのメッセージ	5	編集後記	8

はりまいのちの電話

相談電話 **079-222-4343**

毎日 14:00～翌日 1:00

自殺予防いのちの電話 **0120-738-556**

毎月10日 8:00～翌日 8:00

「傾聴」に思う



はりまいのちの電話相談員養成講座 講師
聖母奉献修道会 会員
Sr. 田中 かよ子

近年、「傾聴」について、その必要性がさまざまな分野で注目され、聴くことの意義、聴き方の実践についての書物は言うまでもなく、講演や研修が行われている。とりわけ、いのちの電話にとっては、電話が相談者の正に命綱であり、聴くことの意味合いは非常に大きいと言える。そのためもあって、電話相談員養成講座のカウセリングを担当させていただいて久しいが、その中で特に「傾聴」について取り上げることにしている。限られた時間の中でのことで十分とはいえないが、これだけは電話相談で大切に考えてほしいと思う三つのポイントを提示している。それは実践的には細かいテクニックも大切であるが「傾聴」の本質というか、その根本にある考え方を捉えて実践してほしいと願っていることである。

その三つのポイントとは、アメリカの臨床心理学者で、戦後の日本のカウンセリング界に大きな影響を与えたと言われているカール・ランサム・ロジャーズ (1902~1987) がカウンセラーの基本的態度として示していることを土台にして考えていることである。一つは“unconditional positive regard” (無条件の積極的肯定) — ひと言でいえば人間尊重と言える。どんな条件のもとにある人をも唯一無二の大切な存在として見ることである。なによりもまず相手を尊重してこそ本気でその人の話を聴くことが可能になる。また逆に聴いてほしい時にそれが拒否されると存在を否定されたように感じることでこの意義がわかる。二つ目は“emphatic understanding” (共感的理解) — 「傾聴」においては何よりも共感と理解が大切とされるが、自分と全く違う存在に、また自分が経験してもいないことに共感や理解が本当に出来るのか。聴き手はただ自分の経験に置き換えているだけか、または自分の乏しい想像力を駆使した結果だけでわかったつもりになっているのではなからうか。それらを出来るだけ回避し、更に聴き手が話し手自身の持つ問題解決の力、自分への気づきに向かって同伴者になるという「傾聴」の目的に適うためには、話の内容や聴き手の共感や理解に囚われず、その人間の背景にあるその人がこれまでに紡いできた物語、人生、聴き手にとっては全く未知な世界に学ぶ姿勢をもち、それを共有する思いで聴くことが、遠回りのようであるがめざすことにより近づけるのではないかと思う。三つ目は“genuine and congruous” (純粋性と自己一致) — これは結局、聴き手自身の自己分析による自己理解であり、自分の意識、無意識の状態を認識して聴くことである。まずは聴き手が自分のあり方を見つめる誠実さが求められると言える。別言すれば、自分はどんな色メガネをかけて世界を、他者を、自分を見ているかを知ることである。色メガネとは自分の価値観や人生観であり、独善、偏見、固定観念、好き嫌いの傾向等である。聴き手はこの色メガネを通して、自分の存在全体を通して聴いているのであり、他者理解や共感に大きな影響を与えている。従って、そう容易ではないが、聴き手が触れたくない自分の真実に向き合い、時に自己変革が求められ、人間としての成熟のパロメーターともなる自己の客観的理解を怠らないようにすることは、真に「傾聴」することを望むならば不可欠ではなからうか。

思えば、ロジャーズがカウンセリングにおいて来談者中心療法、非指示的療法を創始し、はじめてactive listening (積極的、徹底的傾聴) の意義を提唱したのである。この理論は当初から種々の心理療法との闘いがあったと言われている。とりわけ人間の現実と対峙する時、あまりにも理想論過ぎるとの思いは拭えないが、「傾聴」の重要性を認めるなら、簡単に無視することはできない。むしろそれに啓発されて、「傾聴」の意義を再考し、その技術的面のみに陥りやすい傾向に心を留め、更に発展、進化することを目指していくことこそ肝要であると思う。

こころの痛み、
話せる電話です。



自殺予防 いのちの電話

0120-738-556

◎毎月10日(※)24時間・無料です(※)

「自殺予防 いのちの電話」は、
悩み苦しんでいる人の“こころ”が和らぎ、
希望と勇気をもって
再び生きていかれることを願い
開設されました。

<http://www.find-j.jp/>
日本いのちの電話連盟

●主催：一般社団法人 日本いのちの電話連盟 ●後援：厚生労働省

《つらい思いをされている方のお電話がつながりにくくなりますので、いたずら・いやがらせのお電話はご遠慮下さい。》

電話相談員として
活動してみませんか

34期相談員 養成講座受講生を募集しています

悩みをかかえている人からの電話が、少しでも繋がりやすくなるように、そして、孤独にある人々のよき隣人として、一緒に相談ボランティアを始めてみませんか

- 《応募資格》 前期は年齢制限なし（後期は22歳から65歳までが対象）
- 《募集人員》 50名
- 《募集期間》 2015年12月1日～2016年4月2日
- 《募集要項》 12月から配布
- 《研修期間》（前期）2016年4月～2016年8月
- 《受講料》 2万円
- 《研修会場》 カトリック姫路教会内

募集要項請求
お問い合わせ先

はりまいのちの電話 事務局
電話 079-288-5099
(月～土 13:30～18:30 日祝を除く)
はりまいのちの電話ホームページにも応募用紙があります。
<http://www.harima-inochi.jp>

ロゴマーク選考 優秀作品



はりまの頭文字「は」をモチーフに「いのちの電話」に電話をかけている姿をイメージして表しました。
新潟県 金津博さん

相談ボランティアとは

- ※相談員として直接電話を受けるボランティアです。
- ※「はりまいのちの電話」では、毎日午後2時から翌午前1時まで、年中無休365日相談を受けています。
- ※相談員になるためには、電話相談員養成講座 前期及び後期の研修を受け、適性審査の後、正式な認定を受けます。
- ※認定後も継続的な研修が必要です。
- ※相談員は電話相談にあたるほか、各種委員会に参加して「はりまいのちの電話」の活動を支援しています。

《電話相談員養成課程の概要》

- 1年目 養成講座基礎コース
前期4月から8月 後期9月から3月
- ↓ 仮認定
- 2年目 仮認定グループ研修
月1回2時間研修
電話実習（月2回程度）
- ↓ 認定
- 3年目 電話相談員

電話相談員養成講座カリキュラム

(参考) 2015年度 基礎コース・前期 実施内容(4月～8月) *カリキュラムの内容は若干変更がある場合があります。

講座内容	講師	(敬称略・順不同)
ボランティア共に生きるー	長尾 文雄 (関西いのちの電話養成講座講師・大阪女学院大学・短大講師)	
現代のストレス社会を考える	金高 真人 (金高医院院長・精神科医)	
ネット社会と子ども	阪田 憲二郎 (神戸学院大学准教授・明石市児童生徒支援課 臨床心理士)	
中高年の危機	荒木 峰生 (菊川荒木内科心療内科院長)	
ライフサイクルと発達課題	畠中 宗一 (関西福祉科学大学教授・大学院社会福祉学研究科長・大阪市立大学名誉教授)	
こころを病むとは	本多 正道 (本多クリニック院長・精神科医)	
ひきこもりの心理	山田 孝明 (情報センター ISIS 大阪理事長・オレンジハウス石垣島代表)	
人間の性	平田 眞貴子 (京都いのちの電話常務理事・同ボランティア委員長)	
カウンセリング	Sr. 田中 かよ子 (元賢明女子学院短期大学教授・聖母奉獻修道会会員)	
カウンセリング	井上 光一 (姫路獨協大学教授・臨床心理士)	

相談員の声

電話相談員としての思い

電話で話したからと言って悩みが解決する訳ではないと思っています。ただ、一人じゃないと思えることで、少し頑張ってみようと思えたり、その一晚だけでもいつもよりぐっすり眠ることができたり、少し人を信じても良いかなと思えることができたり…そんな小さなことでしかないと思います。そして一人一人にできることは小さくても、その役割をたくさんの相談員が、たくさんの場所で担っていることにとても大きな意味があると思います。私たちはプロではない。専門的な知識でアドバイスできる訳ではない。でもその普通の感覚が、私たち相談員の魅力であり、強みであると思っています。

いのちの電話相談員は一人ではできません。たくさんの仲間が電話をつないで、成り立っています。自分自身の生活の中から、電話相談のための時間と労力を費やすことになります。私自身、いつまで続けられるかとても不安です。なぜ私は電話を取り続けているのだろうと分からなくなることも度々あります。それでも続けたいと思うのは、どこかで人と人のつながりの温かさを感じているからでしょうか。今は、自分自身の中で答えが見つかるまでは、まだまだ相談員として活動を続けて行きたいと思っています。

相談員N

ロゴマーク選考 優秀作品



はりまいのちの電話

悩んでいる人が話を聞いてもらって胸をなで下ろす動作をイラストにした。いのちの電話を身近に感じてもらえるよう、丸みを帯びた図柄であたたかくやさしい印象にした。 兵庫県 森マリエさん

「いのちの電話」とは…

さまざまな悩み、心の危機に直面しながら身近に相談できる相手もなく、孤独の中にいる人達があります。「いのちの電話」は特定の思想・信条・宗教などに限定されず、専門的な訓練を受けたボランティアが電話を通して、その人達の良き相談相手になっていこうとする、市民の奉仕活動です。

「いのちの電話」は1953年ロンドンに設立され、今日では国際緊急電話支援援助連盟（本部 ジュネーブ）のもとに、同じ志の仲間が結集し、50数ヵ国、数百都市に設立されています。

日本では「日本いのちの電話連盟」に加盟する各都市51ヵ所のセンターで電話相談員が、忙しい職務、家事のかたわら良き隣人として活動を続けています。

公開講座のお知らせ

テーマ：「生と死の分かれ道—生きることと死ぬこと—」

講師 たたら みきはちろう 鑪 幹八郎 氏

- 2016年2月21日(日) 開場13:00 開演13:30
- 会場 淳心学院 心城館 (姫路市本町68)
- 参加費 無料
- 事前予約は不要です。当日直接会場へお越し下さい。
- お問い合わせ はりまいのちの電話 事務局 電話079-288-5099 (月～土13:30～18:30 日祝を除く)

鑪幹八郎先生のプロフィール：

長年、広島大学で教鞭、その後、京都文教大学で教鞭をとる。広島大学名誉教授、京都文教大学前学長、心理臨床学会理事。精神分析学会名誉会員など。教育学博士、臨床心理士、精神分析家。現在：ふたばの里精神分析研究室（広島）室長



ロゴマーク選考 優秀作品



いのちを表すハートに電話の受話器で、はりまの「は」を表しています。電話を通して、心の支えになることを願う相談員の温かい笑顔、やさしさをイメージしています。

高知県 濱口温男さん

支援者からのメッセージ

晃和電気株式会社
代表取締役 今宿良昭

交通事故での死者の数が昭和34年で1万人を超え、年々増えて大きな社会問題になり警察はじめ各機関が膨大な資金資源を投じて今、4000人少しまで減少しています。それに比べ自ら命を絶つ人が3万人を少し切った状態です。この命を少しでも少なくしようと頑張っておられる方が、いのちの電話の相談員の方々です。でもその存在が余りにも知られていないのが現状です。相談員になるのには数多くのレポート提出や面談を受け限られた人達が合格しますが、その受講費用も自費、やっとなれた相談員が通う交通費もすべて自費です。深夜遅くまで対応する時間や労力を思うと本当に頭が下がる想いです。

人の幸せは、一つ目は人に愛されること。二つ目は、人に褒められること。三つ目は人の役に立つこと。そして最後は、人に必要とされることです。と全社員の7割が知的障害者でチョコレートのトップメーカー日本理化学工業の会長、大山泰弘さまが言うておられました。まさしく相談員の方々は家庭や職場で安穩に過ごすよりも人に役に立ち、社会に必要とされる存在でありたいと思っておられます。

見返りを求めず、自らを向上させようと取り組まれている相談員さん。その相談員さんの環境を少しでも良くしたいと願い、私も仕事柄エアコンや洗浄便座など取り付けさせていただいています。またパンやお菓子などの差し入れしたりして喜んで頂いております。

いのちの電話の運営は外部からの寄付金等で賄われていますので、その寄付金が増えれば相談員さんの環境が改善されていきます。我々が自殺者を救う事が直接出来なくても相談員さんを支援する事で少しでもこの日本から自殺者を減らす事が出来ると信じています。

本当に頑張っておられる相談員さんを一人でも多くの方々が支援していただく事を節に願います。尊い命を自ら絶つという人を無くすという使命に立ち向かっている相談員さんに光を当てようではありませんか。

晃和電気株式会社

姫路市南車崎2-3-34

TEL : 079-297-8767

FAX : 079-297-7409

職種 電気設備工事業
沿革

昭和40年4月11日 晃和電気商会として創業

平成4年3月25日 晃和電気(株)法人化

平成9年5月30日 建設大臣亀井静香より顕彰状授与

平成25年9月1日 本社新社屋を建設 本社を移転

平成27年4月13日 創立50周年式典開催

URL <http://kouwadenki.net>



ロゴマーク選考 優秀作品



悩みおおき現在社会……
ひとりで悩まないで、ダイヤルしてほしい……こんな思いで制作しました。
大阪府 神無月さん

ロゴマーク選考 優秀作品



かけがえのない「命」を大切に みんなで支え愛・助け合うハートで繋ぐ、いのちの電話をイメージしたロゴマーク。
福岡県 鬼丸邦宏さん

ロゴマーク選考 優秀作品



姫路城のシンボル白鷺が、空を飛び立っている姿に前進と自由をイメージしています。また、電話の電波も悩んでいる気持ちも一緒に乗せて、優しく包み込む雰囲気を出せたらと思いこのデザインにしました。
岡山県 片岡志都子さん

事務局日誌

(2015年4月1日～11月30日)

- | | |
|--|---|
| 4月11日(土) 第32期電話相談員仮認定式
第31期電話相談員認定式
第33期電話相談員養成講座
ー前期ー開講式・オリエンテーション | 7月7日(火) 「いのちと生きがいプロジェクト」
平成26年度 実績報告会・懇談会 及び
平成27年度支援金授与式 |
| 4月12日(日) 和歌山いのちの電話開局
30周年記念行事 | 9月4日(金) 兵庫県自殺対策連絡協議会 (神戸) |
| 4月30日(木) ひょうごボランティア友愛基金より
寄付金 30万円 | 9月12日(土) 第33期電話相談員面接 (適性審査) |
| 5月14日(木) 2015年度第1回評議員会・理事会、
第2回理事会
兵庫県いのち対策室より補助金140万円 | 9月13日(日) 日本自殺予防シンポジウム
(あおもり) |
| 6月1日(月) 第56号広報誌発行 (4,500部) | 9月16日(水) J R 姫路駅前にて自殺予防
街頭キャンペーン
(姫路市保健所に協力) |
| 6月4日(木) 日本いのちの電話連盟
定時社員総会 (東京) | 9月25日(金) 日本いのちの電話連盟理事会 (東京) |
| 6月4日(木) 日本いのちの電話連盟
臨時理事会 (東京) | 9月26日～27日(土～日)
第33期養成講座
ー後期ー開講式「体験学習」 |
| 6月24日(水) フリーダイヤル事前研修会 | 9月28日(月) 社会福祉法人会計・経理研修
(姫路市役所) |
| 6月26日(金) 日本いのちの電話連盟理事会 (東京) | 10月3日(土) 鳥取いのちの電話開局20周年記念行事 |
| 7月1日(水) 愛知いのちの電話創立30周年
記念祝賀会 | 10月16日～18日(金～日)
第33回いのちの電話相談員
全国研修会 かがしま大会 |
| 7月5日～7日(日～火)
日本いのちの電話全国事務局長会議
(東京) | 10月27日(火) 姫路市保健所講演会
(近大姫路看護学部)
講師：伊藤事務局長 |

第33期養成講座 (前期) 4/11 4/25 5/9 5/23 6/13 6/27 7/11 7/25 8/8 8/22

第33期養成講座 (後期) 9/26～9/27 10/10 10/24 11/14 11/28

※4月10日より毎月10日には、「自殺予防いのちの電話」フリーダイヤルに参加。

※その他 運営委員会、事務局会議、電話相談員継続G研修、第6期アドバンスG研修を月1回、
また研修委員会、統計委員会などの各種ボランティア委員会を適時開催。

統計報告 月別受信件数 (2015年4月～2015年9月)

(件)

	4月	5月	6月	7月	8月	9月
通常ダイヤル	513	579	536	561	511	559
フリーダイヤル	40	39	41	46	32	43
合計	553	618	577	607	543	602

資金ボランティアを募集しています

はりまいのちの電話は、この活動を理解して下さる方々からの温かいご支援により成り立っています。相談員の養成講座、各種研修会、広報活動などの資金が必要で、相談員は交通費なども自己負担です。資金ボランティアとして私たちを支えてくださいますよう、お願い申し上げます。

○維持会員 (何口でも結構です)

個人会員 2,000円/年 団体(法人)会員 10,000円/年

○一般寄付 金額は限定いたしません。

○送金先 ゆうちょ銀行 郵便振替 01150-6-74302 社会福祉法人 はりまいのちの電話

※当法人への寄付金については、社会福祉法人への寄付金として、税制上、寄附金控除の特典があります。

選考結果

この度「社会福祉法人はりまいのちの電話のロゴマーク募集」に全国から100名、作品総数150点のご応募を頂きました。ありがとうございました。

皆様からの作品おひとつ、おひとつに込められた「はりまいのちの電話」への想いは、私たち相談員にとって大きな励みになりました。心より感謝申し上げます。

それぞれの個性溢れるデザインを前に、一作品に絞ることは苦渋の選択になり、素晴らしい作品が多かったため、最優秀賞1点と優秀賞8点を決定いたしました。

今後、私たちの活動のPRなどに作品を使わせて頂く予定です。

ロゴマーク選考 優秀作品



命は大切なものをテーマに電話そのものを出し、受話器を持って救いを求めている姿を表現し電話番号を入れた。

新潟県 三巻保証さん



最優秀賞 長野県 宮川ヒロミさん (表紙)

- 優秀賞**
- 新潟県 金津 博さん (3頁)
 - 大阪府 神 無 月さん (4頁)
 - 兵庫県 森 マリエさん (4頁)
 - 福岡県 鬼丸 邦宏さん (4頁)
 - 高知県 濱口 温男さん (5頁)
 - 岡山県 片岡志都子さん (5頁)
 - 新潟県 三巻 保証さん (8頁)
 - 島根県 小中 雅子さん (8頁)



ロゴマーク選考 優秀作品



地域は違いますが、私も一度いのちの電話にお世話になったことがあります。その時の自分の気持ちがこのロゴマークそのものです。温かい言葉に気持ちがとても落ち着き、またそのおかげで、今の自分がある事にいつも感謝しています。温もりのあるいのちの電話の尊さを自分なりに表現しました。

島根県 小中雅子さん

編集後記

早くも師走を迎えました。はりまいのちの電話の広報誌は1987年に創刊し今年で28年が経過しました。いのちの電話は様々な思いをもって電話をかけて来られる人、その電話に応えようと努力する相談員、そして色々な面でいのちの電話を支えて下さる大勢の方々の善意で成り立っています。今回の広報誌は新しいロゴマークの決定等を掲載しています。いのちの電話の活動が今後も継承され発展しますよう宜しくお願いします。来る年もよい年でありますように。(広報委員H)

社会福祉法人

はりまいのちの電話 事務局

〒670-0012 姫路市本町68番地
TEL.FAX (079)288-5099

発行人 福田和臣
編集 広報委員会

私たちが「はりまいのちの電話」を支援しています



相続プランのご相談は…

(株)ランドマーク・パートナーズ

相続は生前の思いを形にして残しておくことが大切です。

私たちは法務事務所と共に活動する専門家です。

お気軽にご相談下さい。

遺言の作成、節税対策支援から相続発生後の各種手続き支援、相続税の申告納税まで、相続に関するあらゆる分野のサポートを致します。

住所 〒670-0901 姫路市西二階町59番地
TEL 079-288-6608 (相談無料) **FAX** 079-224-6731
Mail shinohara@landmark-legal.net
URL http://www.landmark-legal.net

私たちが「はりまいのちの電話」を支援しています

創業 享和元年 (1801)

印刷紙・包装紙・板紙・和紙

永井産業株式会社

本社 姫路市北条宮の町385 永井ビル7F
TEL 079-282-2061 (代表)

※この事業は一般財団法人敬愛まちづくり財団の助成を受けて実施しています。