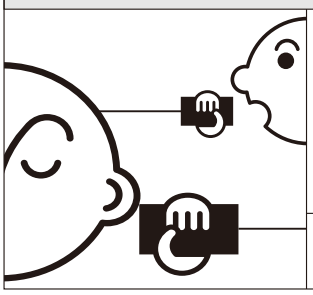
ひとりぼっちで悩まずに― (019)654-7575　第 116 号



社会福祉法人
http://moriokainochi.lomo.jp

盛岡いのちの電話

2018年7月10日発行
発行人●金澤　弘幸

●事務局　〒020-8691●
盛岡中央郵便局私書箱69号

TEL 019-652-4162
FAX 019-626-5678

この広報は、岩手県福祉基金の助成により発行しています。

あなたも電話ボランティアしませんか！！

A 「いのちの電話」とは

「いのちの電話」は、自殺予防を主な目的として電話を受けるボランティア活動です。人生のさまざまな悩みやこころの危機に直面し、孤独や不安に苦しむ人々の良き聴き手となり、心の支えになりたいと考えています。

B どんな活動ですか

「いのちの電話」は世界中のいたるところで活動しています。日本には52か所のセンターがあり、盛岡いのちの電話もその中の一つです。厚生労働省補助事業「自殺予防いのちの電話」にも参加しています。盛岡いのちの電話では、1991年開局以来、年中無休で電話を受信しています。ボランティアとして認定された後は、1回3時間程度の電話を4週に2回の割合で受信するほか、月1回程度の研修を受けることになっています。

ー被災地は今ー

東日本大震災から7年、多くの支援に感謝し復興に向かう東北の元気を発信する「東北絆まつり盛岡」

C ボランティアになるには

応募資格は原則23歳以上で性別・学歴・職業は問いません。所定の研修を経て電話相談員としての認定を受けます。昨年22名が公開講座の全科目を受講、うち7名が次のステップに進んでいますが、ボランティアの絶対数は未だに不足しています。あなたも参加してみませんか。興味を持たれた方、お気軽にお問い合わせください。

ボランティアの声

「いのちのきらめきに出合える電話」

M. N

「他の人の心に寄り添ってお話を聴く」ということのなんと難しいことでしょう。少しほっとして終われる日は数えるぐらい。ずっと継続してこられた先輩の皆様方には、ただただ頭が下がります。「自分のためだからね」と話される大先輩の笑顔に励まされ、長く続けて行こうと思う今日この頃です。研修はとても大切なのだと思えるようになりました。迎合したり、混迷したりせずに寄り添うことは難しいです。先輩の皆様の体験談やアドバイスにいつも助けられています。それぞれのいのちのきらめきに出合える電話ですね。これからもどうぞ宜しくお願いします。

孤独や不安に苦しむ人々の良き聴き手を募集しています

第30期相談ボランティア養成講座へのお誘い

盛岡いのちの電話は1991年1月に開局し、電話ボランティアによって相談を受けています。開局当時は年間受信件数が891件でしたが2006年からは1万件を超す受信となり、開局以来多くの方々に寄り添ってまいりました。このいのちの電話を支える電話ボランティアを養成する公開講座の参加者を募集しています。(ボランティア希望以外の方でも受講できます。)

《第30回公開講座》　　時間　13時30分～15時30分

	講義内容	講　師	会場・時間
1	いのちの電話とは ―歴史と理念―	金澤　弘幸　氏 盛岡いのちの電話理事長	9／1(土) 岩手県民会館会議室(2)
2	思春期・青年期の心理 ―現代の若者のこころ―	早坂　浩志　氏 岩手大学准教授	9／8(土) 岩手県民会館会議室(2)
3	中年期・高年期の生活と課題 ―現代社会と中高年の暮らし―	田中　　尚　氏 岩手県立大学教授	9／15(土) 岩手県民会館会議室(2)
4	現代社会の家族と 社会的つながり	大竹　美貴子　氏 臨床心理士	9／22(土) 岩手県民会館会議室(2)
5	カウンセリングについて ―基礎理論―	山口　　浩　氏 岩手大学教授	10／13(土) 岩手県民会館会議室(1)
6	カウンセリングについて ―応用―	織田　信男　氏 岩手大学教授	10／20(土) 岩手県民会館会議室(2)
7	こころの病　1 ―病気に関する知識―	森　　荘祐　氏 三田記念病院名誉院長	10／27(土) カトリック四ツ家教会
8	こころの病　2 ―病を抱える方への理解―	工藤　　薫　氏 岩手医科大学助教	11／10(土) 岩手県民会館会議室(2)
9	現代社会とこころの危機 ―ストレスの表れ―	青木　慎一郎　氏 岩手県立大学特任教授	11／17(土) カトリック四ツ家教会
10	自殺予防活動の現状と電話相談 ―自殺予防の取組みから―	智田　文徳　氏 未来の風せいわ病院理事長	11／24(土) カトリック四ツ家教会

(講師と講義内容が変更される事もあります)　　会場(　)内の数字は会議室番号

＊　会場は岩手県民会館会議室又はカトリック四ツ家教会となります。
　　時間は、13時30分～15時30分です。(駐車場は各自でお探し下さい)
＊　この講座は、公開講座ですから1講座毎にどなたでも参加できます。
＊　受講料10,000円(一部受講者の場合1講座1,200円)

自殺予防公開講座 (厚生労働省補助事業)	講演講師 精神科医・筑波大学教授 斎藤　環　氏 (演題　未定)	日時　10／29(月) 13:30～15:30 会場　大通会館 リリオ 無料　(150名まで)

公開講座の様子

申込方法

所定の公開講座申込書にご記入の上、郵送して頂くかＦＡＸ送信して下さい。
お電話での申し込みも受け付けております。
住　所　盛岡中央郵便局私書箱69号
電　話　019-652-4162
ＦＡＸ　019-626-5678

電話ボランティア養成の流れ

❶　電話ボランティア養成　第１課程

電話ボランティアを希望する人は、最初に第１課程として公開講座を受講することになります。公開講座は、毎年9月から行なわれており、電話ボランティアを希望する人にとって、必要な基礎知識全般について学びます。(どうしても都合がつかない時は2回程度までCD受講も可)
今年の内容は左記のとおりです。受講料10,000円
今回、全講座受講できなかった場合、次年度に受講し第1課程を修了することもできます。

❷　電話ボランティア養成　第２課程

第1課程が修了した段階で、第2課程へ進むことを希望する人は、小論文「私のおいたち」の提出と面接等により、電話ボランティアとしての適性を確認され、第2課程に進むことになります。第2課程の内容は、人間関係基礎訓練として自己理解、他者理解を深めるため、小グループによる体験学習が行なわれます。
受講料 10,000 円（全６回）

❸　電話ボランティア養成　第３課程

人間関係基礎訓練としてロールプレイにより、模擬的な電話のかけ手や受け手の役割を演じながら、相手のことばにより自分の心がどのように変化するのか等を学びます。　受講料5,000円 (全6回)

❹　電話ボランティア養成　第４課程

第４課程は現場実習となります。
現場実習は、４週に２回、各３時間で10ヶ月間行ないます。併せてこの間、電話実習に伴う研修を月１回の割合で受けることになります。　受講料無料

❺　電話ボランティアの認定

第１課程から第４課程までの研修及び電話実習を総合的に判断し、電話ボランティアとして認定されます。認定までおよそ２年間を要します。

社会福祉法人　盛岡いのちの電話２０１７年度事業報告・決算報告

日頃ご支援いただいている皆様に感謝申し上げ2017年度の事業と決算を報告いたします。

1　センターの運営

(1)電話相談

・盛岡いのちの電話　毎日12時～21時
（日曜日は12時～18時まで）

・フリーダイヤル「自殺予防いのちの電話」
毎月10日8時～翌日8時（盛岡センター9時～21時）

・電話ボランティア実働数　70名

・受信対話件数　11,956件（男7,916件、女4,040件）
内自殺傾向件数　1,191件（男721件、女470件）

(2)インターネット相談

ネット相談実働数　28名
受信件数　88件（男26件、女62件）
内自殺傾向件数　51件（男12件、女39件）

2　会務の運営

(1)諸会議の開催

理事会10回、評議委員会2回、監査1回、出納調査4回、研修担当者会議2回、認定会議1回、カード委員会12回、広報委員会4回

(2)電話ボランティア認定式

2018年1月28日(日)　認定者2名
1000時間受信顕彰　4名

(3)事業要覧の発行　7月10日　1500部

3　研修、事業、広報等

(1)電話ボランティアの募集及び養成

ア　電話ボランティア養成（第1課程）
第29回公開講座の開催
9月2日（土）～11月25日（土）（1日1講座全10回）
全科目受講者22名

イ　電話ボランティア養成講座
・第28期生　人間関係基礎訓練Ⅰ（第2課程）及びⅡ（第3課程）電話実習（第4課程）

ウ　認定者の研修　全体1日研修

(2)自殺予防いのちの電話への参加

ア　フリーダイヤル「自殺予防いのちの電話」の受信
（毎月10日9時～21時）
受信件数　358件（男196件、女162件）
内自殺傾向件数　103件（男60件、女43件）

4　後援会活動との連携

(1)チャリティー事業

チャリティーバザー
8月27日（日）　盛岡市総合福祉センター
1月28日（日）　カトリック四ツ家教会

チャリティーコンサート
12月23日（土）都南文化会館（キャラホール）

(2)啓発事業

1月21日（日）花巻市総合福祉センター
講師　智田文徳理事
演題　「こころの危機と市民の支え合い」

(3)後援会交流会　3月12日
ホテルメトロポリタン盛岡ニューウィング

資金収支計算書

（自）2017年4月1日（至）2018年3月31日　（単位：円）

勘定科目			予　算	決　算	差　額
事業活動による収支	収入	経常寄附金収入	7,000,000	6,571,967	428,033
		事業収入	3,090,000	2,896,797	193,203
		受取利息配当金収入	10,000	1,105	8,895
		その他の事業収入	220,000	118,780	101,220
		事業活動収入計 (1)	10,320,000	9,588,649	731,351
	支出	人件費支出	5,563,000	4,963,187	599,813
		事業費支出	6,437,000	5,238,725	1,198,275
		事務費支出	1,035,000	629,605	405,395
		事業活動支出計 (2)	13,035,000	10,831,517	2,203,483
	事業活動資金収支差額 (3)＝(1)－(2)		△ 2,715,000	△ 1,242,868	△ 1,472,132
施設整備等による収支	収入	施設整備等補助金収入	0	0	0
		固定資産売却収入	0	0	0
		施設整備等収入計 (4)	0	0	0
	支出	設備資金借入金元金償還支出	0	0	0
		固定資産取得支出	0	0	0
		施設整備等支出計 (5)	0	0	0
	施設整備等資金収支差額 (6)＝(4)－(5)		0	0	0
その他の活動による収支	収入	積立預金取崩収入	0	0	0
		その他の収入	0	0	0
		その他の活動収入計 (7)	0	0	0
	支出	積立預金積立支出	0	0	0
		その他の支出	0	0	0
		その他の活動支出計 (8)	0	0	0
	その他の活動資金収支差額 (9)＝(7)－(8)		0	0	0
予備費支出 (10)			100,000		100,000
当期資金収支差額合計 (11)＝(3)＋(6)＋(9)－(10)			△ 2,815,000	△ 1,242,868	△ 1,572,132

前期末支払資金残高 (12)	4,126,712	4,126,712	0
当期末支払資金残高 (11)＋(12)	1,311,712	2,883,844	△ 1,572,132

貸借対照表

2018年3月31日現在　（単位：円）

資産の部				負債の部			
	当年度末	前年度末	増減		当年度末	前年度末	増減
流動資産	2,925,021	4,148,362	△1,223,341	流動負債	41,177	21,650	19,527
現金預金	2,925,021	4,148,362	△1,223,341	預り金	41,177	21,650	19,527
未収金	0	0	0				
固定資産	29,536,353	30,013,634	△477,281	固定負債	0	0	0
基本財産	13,000,000	13,000,000	0				
定期預金	13,000,000	13,000,000	0				
その他の固定資産	16,536,353	17,013,634	△477,281	負債の部合計	41,177	21,650	19,527
器具及び備品	536,353	1,013,634	△477,281	純資産の部			
基本財産積立資産	4,000,000	4,000,000	0	基本金	13,000,000	13,000,000	0
設備拡張積立資産	500,000	500,000	0	基本金	13,000,000	13,000,000	0
財務調整積立資産	11,500,000	11,500,000	0	国庫補助金等特別積立金	263,808	362,736	△ 98,928
				その他の積立金	16,000,000	16,000,000	0
				基本財産積立金	4,000,000	4,000,000	0
				設備拡充積立金	500,000	500,000	0
				財務調整積立金	11,500,000	11,500,000	0
				次期繰越活動増減差額	3,156,389	4,777,610	△1,621,221
				次期繰越活動増減差額	3,156,389	4,777,610	△1,621,221
				（うち当期活動増減差額）	△1,621,221	△538,331	△1,082,890
				純資産の部合計	32,420,197	34,140,346	△1,720,149
資産の部合計	32,461,374	34,161,996	△1,7000,622	負債及び純資産の部合計	32,461,374	34,161,996	△1,700,622

電話相談、初の2000時間達成

ボランティア相談員のM.Tさんが受信２０００時間を達成しました。盛岡いのちの電話では初めての功績です。M.Tさんに感想を寄せて頂きました

―たくさんの宝物を頂く日々―

３０年程前、岩手日報の記事で、盛岡でも「いのちの電話」を開設する動きがあることを知り、そのボランティアをやってみたいと思いました。一期生として公開講座を受けたのは１１４名でした。日頃から勉強は一生続けるものと考えていますが、特に心理学に興味を持っていた私にとって、講座での学びは新鮮でとても素晴らしく感じられました。

２年間の訓練期間を経て認定された４２名の仲間と共に、１９９１年からボランティアを続けてきましたが、２０００時間達成と聴き、我ながらびっくりしております。これも家族の理解と協力を得ることが出来、特に大きなハプニングもなかったお蔭で、２８年間順調に当番をこなしてきた結果の贈り物だと感謝しております。

人生経験の少ない私ですが、ボランティアを通して様々な人生を聞かせてもらい、自分の生き方を考え直すきっかけを頂いております。また、常に傾聴を心がけている結果、家族をはじめ人間関係がスムーズになったように思います。さらに、ボランティア仲間が年々素敵に輝き、人間的な魅力を増してくるのを身近に見て、感じることが出来るのは、大きな喜びであり刺激となっております。

全く無償のボランティアではありますが、かけがえのないたくさんの宝物を頂いております。今まで一度もボランティアを辞めたいと思ったことはありませんが、これからも家族共々健康で動けるうちは続けていきたいと思っております。　　（M.T）

社会福祉法人盛岡いのちの電話役員

理事・監事（任期 2017.6.20 ～ 2019 年度の最初の定時評議員会まで）

理事長	金澤　弘幸	元会社社長
理　事	岩浅　武雄	元岩手銀行㈱
〃	右京　昌久	岩手県社会福祉協議会事務局次長 兼地域福祉企画部長
〃	川下　洋美	産業カウンセラー
〃	工藤　洋子	社会福祉活動経験者
業務執行理事	達下　雅一	盛岡いのちの電話事務局長
理　事	田中　　尚	岩手県立大学教授
〃	智田　文徳	未来の風せいわ病院 理事長
〃	中原　眞澄	日本キリスト教団内丸教会牧師
〃	古川　徳浩	都南病院精神保健福祉士
〃	山口　　浩	岩手大学教授
〃	電話ボランティアの会会長	
監　事	下川原弘志	団体役員
〃	丹代　一志	昆司会計事務所税理士

評　議　員（任期 2017.4.1 ～ 2021 年度の最初の定時評議員会まで）

秋山　顯一	盛岡ユネスコ協会理事	長岡美代子	元看護師
阿部　孝司	社会福祉法人カナンの園ヒソブ工房所長	日野岳唯照	専立寺役僧
阿部　東龍	東楽寺住職	深澤多紀子	社会福祉活動経験者
石川　修子	社会福祉活動経験者	藤澤　克典	藤澤司法書士事務所司法書士
伊藤　正次	奥州市ボランティア連絡協議会会長	松浦　裕介	日本キリスト教団下ノ橋教会牧師
岩根多喜男	社会福祉法人いきいき牧場理事長	松本　利巧	岩手日報社制作局長
河邊　邦博	IBC アナウンス学院学院長	三木　典子	社会福祉活動経験者
菅野　耕毅	岩手医科大学名誉教授	武蔵　文武	盛岡市ボランティア連絡協議会
工藤　隆一	株式会社わしの尾役員	森　　荘祐	三田記念病院名誉院長
國分　牧子	国際ゾンタ盛岡ゾンタクラブ	守谷　祐志	盛岡市議会議員
斎藤　恵子	西松園内科医院長	渡邊瑠美子	社会福祉活動経験者
佐藤　　光	カトリック四ツ家教会役員		

評議員選任・解任委員

青木慎一郎	岩手県立大学特任教授	下川原弘志	社会福祉法人盛岡いのちの電話監事
土屋　文彦	土屋心理支援オフィス代表理事	村井　直子	社会福祉法人盛岡いのちの電話事務局員

編　集　後　記

盛岡いのちの電話は開局して28年目に入りました。現在の私どもの課題は相談員ボランティアの拡充と定着です。そんな中、1期生のMさんが2000時間受信の大偉業を達成されました。Mさんは、いつもニコニコ笑顔で「ボランティアは自分のためよ」と電話室に向かいます。他人のために行う「利他行為」は自分の生きがいにも通じると先人の言葉にもあります。本号1ページは、ボランティアを募る記事としました。一人でも多くの方に応募して頂けるよう願って編集後記とします。

相談電話

◆盛岡いのちの電話　☎019-654-7575／12時～21時（日曜日12時～18時）

◆自殺予防いのちの電話　☎0120-783-556／毎月10日 8時～翌朝8時

◆インターネット相談　https://www.inochinodenwa-net.jp/

※尚、紙面の都合から、寄付者のご芳名紹介は次号とします。