

電話の向こうに君の笑顔が見える……

☎山形いのちの電話

広報47号

2013.6.15

yamagata



自分から隣人になる——本当の『お互い様』とは？

山形いのちの電話 評議員 石井 佑二（日本基督教団 山形本町教会 牧師）

「いのちの電話」の始まりは、イギリス国教会牧師のチャド・バラの創設した「サマリタンズ」（「よき隣人」の意味）です。これは聖書の中の、ある「サマリア人」についての話のもとになっています。この話は、「私の隣人とは誰ですか」という問いに対して答えられたイエス・キリストの譬え話です。

ある人が旅の途中、強盗に襲われ、道端に倒れこみます。幾人かの人々は、見て見ないふりをして通り過ぎましたが、あるサマリア人だけが、その傷付いた人を助けるのです。

イエスは「誰が傷付いた人の隣人だと思うか」と問い返します。すると問われた人は「サマリア人です」と答えます。イエスはそれに対して言いました。「行って、あなたも同じようにしなさい」。これが「サマリタンズ」の背景となっている物語です。

「私の隣人とは誰ですか」と問うた人は、「私と関係性を持ち、助ける価値のある人とは誰か」という意味で質問をしました。しかしイエスは、隣人関係とは、相手に価値を問い、何かを要求するものではなく、自分から隣人になることだと言

われるのです。

「お互い様」という言葉があります。これは得てして相手に対する要求になる場合があります。しかし「お互い様」というのは、自分を与えつくすことから始まります。そして意図せざる形で、相手もこちらに、自分を与えつくすということがあって初めて「お互い様」と言える関係になるのです。この関係性は、自分で意図しない形で生まれるのです。

「いのちの電話」は、この隣人関係を生み出しています。私もその思いを大切に、これからも皆さんと関わって行く所存であります。

山形いのちの電話 会報47号

目次

- ◆自分から隣人になる …………… 1 p
- ◆相談員を支えて下さっている先生方の紹介 … 2～3 p
- ◆公開講座 in 庄内 …………… 4～5 p
- ◆電話相談員養成講座のご案内 …………… 5 p
- ◆相談員よりひとこと …………… 6 p
- ◆資金ボランティアの皆様 …………… 7 p
- ◆インフォメーション …………… 8 p



相談員を支えて下さ



グループ研修で 目指すもの

研修専門委員
荒木 園子

皆さん、こんにちは。継続グループ研修担当の、臨床心理士の荒木と申します。山形いのちの電話に関わってもう十何年？の私ですが、グループの皆さんや事務局の皆さんに支えられて、今年もまた研修に関与できる事を大変嬉しく思っています。

前回の先生方に倣って自己紹介を少し。私は平成2年に県外から山形に嫁いでまいりまして、同時に二本松会上山病院に就職、佐藤秀実先生の後輩として臨床のお仕事をスタートしました。山形いのちの電話の開局のころ私はまだ直接関わってはいませんが、病院で秀実先生から伝え聞く話の中で、相談員さんは二年間という長期の研修を受け、相談員認定後もグループ研修と個人スーパービジョンを受けることを知り、ずいぶんたくさん勉強をするのだな～！と驚いたことを今でも覚えています。

平成11年に家庭の事情で上山病院を辞め、その後スクールカウンセラーや警察本部のカウンセラーなど非常勤のお仕事をすることになり、その頃に末廣先生からのご紹介で継続グループと出会ったように記憶しています。現在は短大や消防本部のカウンセラーなどをしておりますが、私はカウンセラーという職業の割には（職業だからこそ？）しゃべるほうが好きで、なかなか他人の話が聞けません。研修で「傾聴」などと言いながら「この中で一番できていないのは私かも……」と内心ヒヤヒヤしながら毎回グループに参加しています（苦笑）。

私の担当グループについて少しお話すると、一言で言えば「聴きあい・分かちあい・支えあいの会」と言えるのではないのでしょうか。文献での勉強もしますが、電話相談に関する疑問や悩みを分かち合い、互いに支え合う場としての機能が大きいです。「聴きあい」は「傾聴」ですね、「分かちあい」は「自己開示」と「共有」、支えあいは「相互支援」と言うこともできそうです。

最初私は、グループ研修とは「討議するもの」

すなわち、自己主張の場というイメージがありました。しかしグループにおいては、どのくらい他者の話を聴けるかが大きなカギ。そのことを犯罪被害者遺族の自助グループを運営している方から教わりました。「最初はグループで発言なんてできなくてもいいの。他の人の話を聴いているだけで、自分の参考になる話だったり、逆に自分とは違う考えだなということが分かったり。こういう思いは自分だけじゃないんだな～と仲間と同じ感覚があるのも大事だし、どの人とも違う自分だけの体験、をあらためて感じるのも大事」とのこと。私は傾聴が大事なのは一対一の相談場面だけとと思っていましたが、実は集団においては「傾聴」はとても大事な技術なんですね。

これは自助グループだけでなく、会議やカンファレンスの本にも、ご近所や職場のつきあいなどのコミュニケーションの本も、聴くことが重要と書かれています！（確かに集団の中で、他人の話を受けない人や自分ばかりしゃべる人は困りますね）グループにおける自己開示もメンバーどうしの支え合いも結局は、聴くという姿勢が集団にあってこそそのものですから、いかに聴くかということです。すべてのテーマは「傾聴」に通じる、でしょうか（笑）。

先日のグループでは老年期のうつ病の話から老人介護の話となりましたが、私の親の話をメンバーの皆さんに傾聴してもらい「ああこれが、家族や親戚でも同僚でもない第三者に聴いてもらうということ。プロではない一市民に聴いてもらうということなんだなあ」と改めて傾聴体験をしたところでした。グループ研修は緊張の場ではなく、傾聴しあい支え合って元気をもらえる場。互いに攻撃したり競争したりのパワーゲームではなく、エンパワーしあう場になるようにグループが機能し、そのパワーが次の援助のもととなって電話相談にむかえるような、コーラーをたすけようと思えるようなそんなグループを目指したいと最近では考えるようになりました。一人一人の傾聴の花が、グループ全体、いのちの電話全体のお花畑となっていきコーラーや地域に貢献できるように、そこを耕す一人としてこれからも頑張っけてゆきたいと思っています。

っている先生の紹介



いのちの電話と 共に歩んで

篠原神経・心療内科クリニック
篠原 正夫

皆様、こんにちは。研修グループを担当させていただいている篠原です。山形市元木で精神科・心療内科を平成8年より開業しておりますが、それ以前の山大精神科在籍中より「山形いのちの電話」のグループ研修に携わっていたので、かれこれ20年ほどのお付き合いになるのでしょうか。長い月日に思えるのですが、私自身の（精神的）成長が止まっているせい、あまり時間の経過を実感できておりません。

私が開業した頃は、精神科の敷居がまだまだ高い時代で、精神科を受診する患者さんは所謂精神病（統合失調症や躁うつ病など）が主体でした。単極性のうつ病やうつ状態、不安障害の患者さんや日常生活の中で悩みを抱える方々に「広く門戸が開放されている」とは到底言えるものではありませんでした。それらの人々の「こころの声や叫び」をすくい上げる目的で「いのちの電話」も発足したものと考えられますが、私の開業動機も同様で、「より軽症なうちに治療を始めたい、一般他科を受診している神経症圏の患者さんなどに専門医療を提供したい。」と思ったものでした。その目論見はある意味、実現できたともいえるのですが、「この人たちを病気と考え、“治療という名のある種の安息”を与えていいものか」と思えるケースも最近では次第に増加してきていると痛感しております。

日本人のメンタリティは徐々に変質しつつあるようにみえます。かつて「真面目、勤勉」と評され、それを自負していた日本の美徳は次第に色褪せて価値を失いつつあるようです。地道な努力を信じ、困難を耐え忍び、豊かさを実現した「団塊の世代」が「葛藤の世代」とすれば、新たな「退行の世代」との呼ぶべき人々の出現、増加を感じ

ます。抱えきれない陰性感情の代償的自己処理手段としての種々の問題行動（リストカットや大量服薬）、想定範囲内とも思えるストレスに対する逃避的表現としてのうつ状態（適応障害や新型うつ病といえるもの）が増えてきているのです。それらの一因として種々の社会的問題もあるかもしれません。少子化、核家族化の問題、軽薄・無能力・無努力の極みともいえるマスコミの問題（TVなどはどのチャンネルでも同じような内容を延々とリピートしているようにしか見えません）、一人で自己満足できるまで続けられるテレビゲームやゲーム機の出現など、人と人との関係は次第に希薄となり、「人のふり見て我がふり直せ」などの格言は遠い過去のものとなりつつあるようです。社会の中で精神の安定に欠かせないコミュニケーション能力の低下が、皮肉なことにパソコンなどのハイテク機器の普及とともに顕在化してきているように思えます。他者を見ずして己は見えません。人とのつながりのなかで己をみつめ、内省することにより人は成長していくものです。そういった視点も持って政治家の方々も施政を考えていただきたいと思います。

いのちの電話の相談員の皆さんのご努力には頭が下がります。辛い相談や明らかにいたずらと思える電話にも真撃に対応を続けておられるその姿は感動的ですからあります。決して光のあたるものではないし、あたってもいけないものなのでしょう。しかし、前述したように薄れゆく人間関係の中でその活動は大切（ある種の希望）なものと考えられます。私の力がいつまで続くはわかりませんが、今後もいのちの電話と共に歩み、その一助になればと思っております。





紡げ命の希望を！

仙台いのちの電話 理事長 出村和子先生

「仙台いのちの電話」は東北最初の「いのちの電話」として、今年で30年目を迎えます。

その開設に携わらせていただきましたが、その後は東北各県の開設に足を運ばせていただき、「山形いのちの電話」は盛岡に次いで3番目でした。東北地方6県の「いのちの電話」は6兄弟・6姉妹だと思っています。

今日はここで皆さんと一緒に次の4つのことについて考えてみたいと思います。

- かけがえのない命とは何なのか
- 電話相談による自殺予防活動はどのような精神の基に行っているのか
- いのちの危機に関わる電話相談がもたらす希望とは何か
- 東日本大震災から私達は何を学んできたのか

【かけがえのない命】

最初に、「命」と聞いて皆さん一人一人はどんなイメージを思い浮かべますか？ もちろん、決まった答えはありませんが、色は何色？ どんな形？ 私が思い浮かべるのは大好きなグリーンと広々とした青い空、これを眺めていると命が感じられます。

一昨年、東日本大震災では多くの方々が被害に遭われました。そして多くの犠牲者が出ましたが、その中には私の親しかった仲間もいらっしゃいます。一方、震災の翌日には新しい命が誕生したと報道されています。こうしたことから、どんなに厳しい状況下においても新しい命が生まれ、育ち、素晴らしい人生を迎えることが出来るのです。これは人間だけでなく、植物も動物も同じであり、

命は素晴らしい力を持っていることを思い知らされます。今、ここにしかない私の命、貴方の命、皆さんが今ここにいること自体が、自分の命が支えられ息づいていることを示しているのです。

しかし、こうした命にもいろんな場面で危機があり、心を揺るがすときがあります。2003年には、34,427人の最高の自殺者数を出しました。この年はバブルがはじけてしまい、経済的に大変な時期でした。これは年間の交通事故死4000人の6～7倍にのぼっており、かけがえのない命が18分に一人失われた計算になります。

それでは、自殺した人の中でどれだけの人が心の病にかかっていたのか？ 90%がうつ病、あるいはうつ状態になっていたとの報告が出ています。

【電話相談による自殺予防活動】

どうしてかけがえのない命を自ら絶とうとしているのか？

人生には2つの危機があると言われていました。

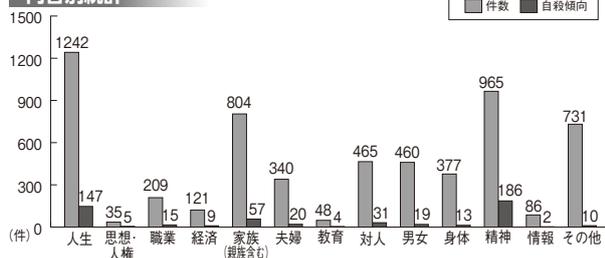
- ① 発達の危機 成長する段階の思春期や青年期における状況で予想可能な危機です。
- ② 突発的危機 東北大震災のようなもので予想不可能な危機です。

危機的な状況に立たされたとき、あなたならどうしますか？ その時に、誰がそばにいてくれるのか？ 誰に悩みを相談できるのか？ 誰が私を支えてくれるのか？ が非常に重要になってくるのです。そんな状況にある時に対処できない、そこを乗り越えられない時に自ら命を絶つ人が非常に多いのです。悩むことは決して悪いことではありません。悩むことは変わるチャンスでもあるのです。

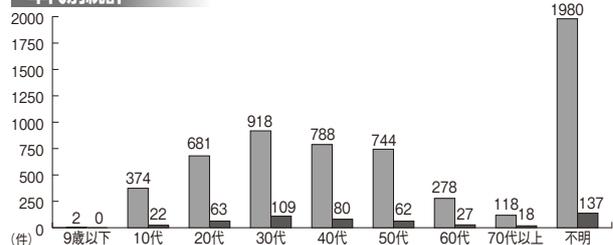
2012年1～12月の受信統計

総件数 5,883件 うち自殺志向件数 518件

内容別統計



年代別統計



ある意味では成長のきっかけでもあります。

誰でも弱い所があり、いろいろな悩みを解決するために、その場に合ったいろいろな対処方法があります。行政による相談、医者による治療、裁判所での判決 等々

それでは電話相談ではどうなのか？いのちの電話の目的と役割としては次の3つがあります。

- 1 自殺予防（プリベンション）
- 2 危機的状況に介入（インターベンション）
- 3 遺族のケア（ポストベンション）

遺族ケアに関しては、震災前まではあまり取り上げられませんでした。ここに来て、震災後の役割として仙台では光を当てるようになりました。これからは被災された人々や残された遺族の心のケアが求められて行くと思っています。良き隣人としてどのようにして接することが出来るのか？震災ダイヤルは、こうした取り組みの一つです。

心と心の絆を紡いでいくことで、絶対に孤立化させない。その最も大事なことは傾聴であります。いのちの電話相談というのは、特異的な要素を持っています。匿名性の原理・親密性・広域性・即時性・守秘義務。

【電話相談がもたらす希望】

東大の玄田先生は「電話相談は解決してあげることではない。心の悩みに一番近い避難所であり、

心と心の絆を作り負担を軽くすること。」そのため、べったりとした強い絆ではなく、ある一定の距離をおいた緩やかな絆である必要があります。一人一人の眠っている希望の力を呼び起こすのです。言葉は非常に大事です。たった一つの言葉が相手を幸せにすることもありますが、傷ついたり不幸にしたりもします。

電話相談の意味とは、それは一期一会の出会いです。それは限りない可能性と危険性がありますが、どんな苦難の中にあってもボランティア精神で継承していかなければなりません。さまざまな出会いを通して、生き方を変えられる体験をして欲しいと思います。そして、私達はただ聴いてあげるだけではなくて、その人達の代弁者として、政府、行政、社会に世の中に訴え続けていく、あるいは届けていく仕事もあるのではないかと思うのです。

永遠の過去の命を受け継いで生まれ代わり死に代わる、それがあなたの命です。今は私の命です。それを次の世代に引き継いで行く役割があるので

いのちの電話としてのボランティアは、お互いの独自性を認め合って尊重した上で、傾聴を実践して、寄り添う・報いを求めず支える・他者のために働く・聴く（カウンセリングマインド）「心」を高めて行くのです。（文責 広報委員会）

第16期 電話相談員養成講座

研修を通し、自分を見つめ直し
良き仲間を見つけませんか？

・相談員になるには

学歴や経歴は問いませんが、時には自殺の危機にある人たちと対話をする重大な役割を持っているため、18ヶ月間の養成研修を経て認定を受けます。

・応募資格

- ①22歳以上66歳までの心身ともに健康な方で、いのちの電話の趣旨に賛同し、その活動全体に積極的にボランティアとして参加することの出来る方。（定員・約20名）
- ②相談員として認定後、月2回以上の（1回3時間）相談員としての活動すること、又、継続してグループ研修等を受ける事ができる方。

・応募書類

- ①申込書
- ②「いのちの電話」に応募する動機、200字程度
- ③自分史(自分の人間形成に影響を及ぼした出来事や出会いを中心に)、2,000字程度

・研修費用

前期・後期各12,000円
（別途・宿泊研修10,000円）

・研修の流れ

※土曜日の午後コース・宿泊訓練
2013年10月12日(土) 午後・開講式
前期(人間関係基礎訓練)、後期(ロールプレイング、インターン)。これに、精神科医、臨床心理士、大学教授、弁護士等の講義が加わります。

・申し込み締め切り

2013年8月末日(応募書類受領後に面接を行います。時間・場所は追って連絡いたします)

要項、募集に関する詳細は「山形いのちの電話」ホームページ（6月より）をご覧ください。要項のダウンロードもできます。お問い合わせは「山形いのちの電話」事務局までお電話下さい。

相談員より一言

いのちの電話に感謝

相談員 Y・N

数年前から、「1期生ですか？長く続けていらっしゃるんですね、すごいですね。」というような反応を受けることが多くなりました。「1期生としてどのように思いますか？」などという質問まで受けて、戸惑うこともあります。

20年近く前、新聞で、いのちの電話の立ち上げと相談員募集の記事を見て、「自分がやりたいことはこれだ！」とよく分からないくせにひらめきを感じ応募したのが始まりでした。遊学館の大ホールで始まった公開講座、日本いのちの電話の事務局長斎藤友紀雄氏始め、稲村博先生、出村和子先生などの講演を生で聞くことができ、人柄にも触れて、一挙に世界が広がった気がしたものでした。

それから長い年月が過ぎ、様々な事情でいのちの電話から離れた方も多くおられます。その中で、電話担当の相方として、いろいろな打ち明け話を聞き、自分も愚痴をこぼし、励まして頂いたこと

がとてもよいことでした。このようなボランティア活動を志す人には外からは分からない苦勞を背負ってられる場合も多く、人生勉強になりました。

長くおりますと僭越な物言いになるかもしれませんが、ずっとかかわってくださっている先生方の進化の道程も見えてきます。「男子三日会わざれば、刮目して見るべし」ということわざどおりだなと心の中で拍手をしております。反対に、数年ぶりにスーパービジョンをして頂いた時に「腕をあげましたね」と誉めていただくこともあります。自分では自覚しないうちに向上している部分もあるのかもしれない。

昨年、担当1000時間超えの表彰をして頂きまして、晴れがましい思いをしました。あの時は続けてきてよかったとしみじみ思いました。隣で泣いてくれる後輩までいるというのは幸せ以外の何物でもありません。

これからも、体調を整えて続けて行きたいと思っていますのでよろしく願いいたします。

いのちの電話 相談員としての今

相談員 T・Y

電話が鳴った。「もう、俺、駄目だ……」電話は昔の部下からでした。「何を、弱音言っているんだ。結果を出すんだ。結果を。」理由も聞かずに励ました。「どうした、何かあったのか。」その言葉一つ掛けずに電話を切ってしまった。聴く耳も持たずにただ励ました積りの言葉だけで。

数日後、彼の子供が〇〇した。なぜ、あの時、「どうしたんだ」と言う一言が出なかったのか。これは、退職して数ヶ月経った時の事でした。「なぜ、あの時……」そんな自分の心に疑問を持っていた時、新聞の欄に「自分を見つめ直してみませんか」—いのちの電話相談員養成講座—が目にとまり、早速応募し、受講できることになりました。

講座内容は、とても新鮮でした。現役では、常に、効率、利益、のみを追求してきた私は、講座を受けながら、「人の心を、おざなりにして、仕事をして来たのではなかったんだろうか」、「俺は、仕事で何をして来たんだろう」振り返って自分を見つめ直す事できる、とても良い機会に出会った思いがいたしました。

「人間関係基礎訓練」何を学べるんだろう。ワ

クワクワしました。「自分が人にどのように関わっているのか、どんな考え方をし、どんな傾向があり、どんな感じ方をしていたのか」。「人の心を、知る」と同じく、「自分を知る」この事に気付かされる内容でした。講座を受け、なかなか理解できないでいた私達に、先生は「まだ良く理解できない事がたくさん有ると思う、それでいいのです。心配する事は無い、相談員として電話を取った時に、今、学んでいる事がはっきり理解できる。だから、今は、良く聞く様に」と言われた。

相談員として電話を取る様になって三年目になりました。電話を取る前の緊張感。そして、受話器を置いた時の安堵感と、これで良かったのだろうか？相談者の話を傾聴できたのだろうか？毎回、不安と反省の繰り返しです。電話を受けたその時、その言葉に、どう向き合う自分がいるのかを知る事が出来る貴重な場であると、私は思っています。講習を受けていた時、先生が言われた「電話を取った時に理解できる」この言葉がようやく分かるようになりました。

今なら「どうした、何かあったのか」そう言える自分も居ます。そんな私が、少しでも心を豊かにして生きて行けるように、これからも相談員を続けて行こう、そんな事を今、考えています。

★INFORMATION★

第16期 電話相談員ボランティア
電話相談員養成講座募集開始

自己を見つめ、他者を理解する相談活動を志す方の基礎的学習です!

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た電話相談です。ひとりひとりの「いのち」を大切にする立場から、不安や苦しみに悩んでいる方のよき隣人として、電話での対話を通して、援助していかうとする民間のボランティア活動です。

詳しくは5ページまたはホームページをご覧ください。

公開講座
チャリティーコンサートの
ご案内

自殺予防
山形いのちの電話
公開講座

平成25年 7月 7日(日)
13:30~15:30

演題 「心豊かに生きる」ということ

講師 精神科医/立教大学現代心理学部教授
香山리카氏

プロフィール
1960年北海道生まれ。慶応義塾大学卒業。豊富な臨床経験をもち、数人の心の悩める方にご支援をなさるボランティア活動中。山形は精神科医として「香山리카のココロの相談室」(金曜・夜9:30より)のボランティア。
定例「101」で暮らし、求めない生き方(建設社)、「おは朝のどっこを築くべからず」(建設社)、「怒るのあつら」(朝日新聞) など、多数。

会場 山形県生涯学習センター
遊学館 2F ホール

事前申込みをお願いします。申込書はウツです。FAXまたは電話にて。
◆申込み・住所・氏名・電話番号をご記入の上、山形いのちの電話までFAXにてお申込み下さい。
＜山形いのちの電話 FAX: 023-645-7795＞

◆対象・興味のある方ならごなたでも
◆定員→300名
◆締切り→7月5日(金)

参加無料
皆様のご参加をお待ちしております。

主催 社会福祉法人 山形いのちの電話
〒990-8691 山形中央郵便局私書箱99号
事務局 勤務時間: 月~金 10:00~16:00
電話: 023-645-4377 FAX: 023-645-7795

第11回 山形いのちの電話チャリティーコンサート

いのちをうたう
コンサート

2013.12.28(土)
18:30開演(開場 18:00)
山形グランドホテル
2F「サンリバー」
料一人さま
10,000円(税込、前払制、税込)

出演
高橋まゆ子
高橋 寛
増川 大輔
出演者
須藤 恵美子

内容
「酒・うた・夢」
築られたあつら
美しい酒
Tomorrow「アニー」より、他

090-8120-9572

チケット代金の一部を、「山形いのちの電話」の活動資金とさせていただきます。

自殺予防フリーダイヤルのご案内
毎月10日 時間 午前8時~翌日午前8時
0120-738-556

震災フリーダイヤルのご案内
毎日13時~20時 (2013年9月まで)
発信地域限定 **0120-556-189**

年末特別賛助金のお礼 …… 162件 1,657,150円

・(いのちをうたうコンサート) ティアリティコンサート実行委員会	400,000円	・ハザマ共栄会 山形分会	68,623円
・(株)三浦板金製作所	621,377円	・(株)東北シーアイシー研究所	500,000円
		・大沼 俊彦	200,000円
		他の皆様方	

2012年度も多くの皆様よりご協力をいただきました。本当にありがとうございました。

特別寄付金のお礼

・NTT山形グループ	222,825円	・(株)山形新聞社	200,000円
・山形蔵王ライオンズクラブ	80,000円	・トヨタカローラ山形(株)	204,796円
・千歳グループ親交会	100,000円	・(株)蔵王サプライズ	500,000円

事務局 日誌

11月3日	14期生後期講座
5日	運営会議・研修委員会
8日	役員会
10日	自殺予防いのちの電話
12日	広報委員会
17日	相談委員会・総会
27日	広報紙46号発行
12月6日	運営会議
8日	日本いのちの電話連盟主催・FD研修会
10日	自殺予防いのちの電話
17日	研修委員会
21日	役員会・総会記念講演
29日	いのちをうたうコンサート
1月8日	運営会議
12日	15期生・後期講座研修
10日	自殺予防いのちの電話
17日	山形県・監査
20日	研修委員会
2月4日	研修委員会
6日	運営会議
10日	自殺予防いのちの電話
16日	15期生・後期講座研修
17日	やまがた市民活動まつり参加
3月3日	研修委員会
6日	運営会議
8日	役員会
10日	自殺予防いのちの電話
14日	自殺対策ネットワーク会議
23日	広報委員会
4月6日	14期生・認定式、内部監査
9日	運営会議
10日	自殺予防いのちの電話
13日	15期生・後期講座研修
22日	広報委員会、研修委員会
5月7日	事務局会議
8日	運営会議
10日	自殺予防いのちの電話、役員会
11日	15期生・後期講座研修
24日	広報委員会、仙台ファンタジーグループ
26日	研修委員会

編集後記
サクランボの季節が過ぎると、一年の前半の終わりです。月日の経つ速さを実感する今日この頃。「相談員より一言」の記事が好評で、共感の声を聞きました。多数の方が積極的に書いて下さり、感謝です。(と)

社会福祉法人 山形いのちの電話
事務局 〒990-8691 山形中央郵便局私書箱99号
電話/023-645-4377(事務用) FAX/023-645-7795
発行人/古澤 茂堂 編集/広報委員会

※この広報誌は、共同募金からの助成で作りました。