

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71号

2025.7.15

yamagata

「30年の活動に感謝 ～地域共生社会へ」

山形いのちの電話評議員
山形県社会福祉協議会事務局長

植 木 憲 司



今から30年余り前、山形いのちの電話の担当の方が県社協を訪ねてくれました。開局に向けて相談員を養成するので、研修場所を借りられないか、ということでした。ちょうど、本県で全国ボランティアフェスティバルを開催することが決定したタイミングだったため、ボランティア活動や市民活動をより活性化させようと、ボランティアセンター事務室を半分に仕切って、土日、昼夜問わず、自由に出入りできるスペースを確保したところでした。そこでよろしければとお使いいただくことになり、程なく研修が始まりました。

一方で私はというと、フェスティバルの準備で遅くまで残業する日が続いていました。充実感はあるものの、いかんせん業務量が多く、今振りかえってみても、この頃の仕事が体力的に一番キツかったなあと思い出されます。そんな私を奮い立たせてくださったのが、仕切りを隔てた向こう側で研修を受講されている皆さまの存在でした。日中の仕事で皆さんお疲れのはずなのに、夜遅くまで熱心に学んでおられる皆さまの姿に励まされ、自分も頑張らないと！と前向きな気持ちになれたものでした。

あれから長い年月が経過しました。山形いのちの電話は、この間一貫して相談者に寄り添い続けられ、これまでの相談件数は延べ20万件を超えたとお伺いしました。勇気を出して電話をかけてこられた方の背景を思い浮かべながら、悩みや苦しみ、心の奥底にあるものを引き出して、共感し、ひとりじゃないよと寄り添う。相談員の役割の大変さは想像をはるかに超えるものだと思います。そして役員、事務局の皆さまには、法人を運営され、相談員を支え、県民に活動への支援を呼び掛けて理解を得るという、大変難儀な役割を担い続けておられることに敬意を表します。重ねて、呼びかけに賛同いただいております後援会、企業や団体、個人の皆さまに深く敬意を表する次第です。



福祉（地域福祉）の考え方は、社会情勢や時代とと

もに移り変わってきました。私が県社協に入職した1991年当時、福祉活動に参加するのは時間や志があるごく一部の人に限られていたように思います。初めて地域福祉という語が法律に登場したのは2000年のことでした。当時の法律上の地域住民の立ち位置は理解者や協力者とされていましたが、法改正を経て現在は、地域福祉の推進に努めなければならないとされ、さらには、地域生活課題を把握し、解決するところまでも地域住民の義務として求めています。字面にしてしまうと硬くなりますが、要は、困っている人がいたら、あるいは地域の問題に気づいたら、知らないふり、見なかったことにしてはダメですよ、ということだと思います。

国策として地域福祉を進めようとする地域共生社会は、その理念が提唱されて10年目の節目を迎えました。孤独・孤立対策推進法等の関連法の施行も相次ぎ、実現に向けた取り組みが加速しています。支える、支えられるの関係を超えて、みんなが役割をもって地域で活躍できるのが地域共生社会のめざすところです。

いのちの電話に相談して、元気を取り戻した方が今度は（意識せずとも）支える側に回る。そうした好循環が地域のあちらこちらで生まれていけばいいなと心から思います。



「花咲きほころ庭」 K・I



一 期 一 会

山形いのちの電話 スーパーバイザー 公認心理師・臨床心理士 佐藤 秀 実

「見たこともない空の色 見たこともない海の色 見たこともない野を越えて 見たこともない人に
会う 急いで道をゆく人もあり 泣き泣き道をゆく人も」 中島みゆきさんの曲の歌詞です。

私は旅が好きです。漫然と過ごしていた高校1年の夏休み前、書店で立ち読みした荘司としお先生の
漫画「サイクル野郎」との出会いが自分のところに火を付けました。中学に入学した時に買ってもらっ
た5段変速の自転車を改造し日帰りのサイクリングが始まります。握り飯と水筒を持ち初めての道を走
ることが休日の楽しみとなりました。しばらくすると本格的な旅自転車がどうしても欲しくなり、知り
合いの自転車屋を手伝って貯めたアルバイト代と両親からの援助で念願のランドナーを手に入れること
ができました。庭に届いた緑色の10段変速のクロモリフレームに^{また}跨がり、始めてペダルを回した時の滑
らかな走りの感動は今でも忘れられません。

高2の夏休みには、重い野営道具を満載して東北をまわりました。旅の途中、秋田市内の大きな公園
で一晩過ごした時のこと、翌朝目を覚ますと外にただならぬ人の気配が感じられます。恐る恐る入口を
開けると小学生くらいの子どもたちが蜘蛛の子を散らしたように逃げていきました。テント前には缶詰
や果物などがお供え物のように置いてあります。テントを撤収し始めたところ「新しい朝が来た、希望
の朝だ〜」と音楽が流れ始めました。ラジオ体操会場の真ん中にテントを設営していたようです。近く
にいた大人たちへお礼を伝え次の野营地へと向かいましたが、あの時の子どもたちも五十路を過ぎたこ
とと思います。

高3に進級する春休みは、松尾芭蕉の足跡を訪ね日本海側にあるユースホステルへ出かけました。次
の日の帰り道、突然の^{みぞれ}霙に逢います。寒さが我慢できず小さな村の衣料品店で厚めの雨具を購入しまし
た。2000円の値札が付いていましたが、店のおじいさんから所持金を尋ねられ答えると「昼飯代もいる
だろう」と1600円に値引きしてくれました。それから10年ほど過ぎた頃、再び村を訪ねてみましたがも
う建物はありませんでした。

^{りんこう}輪行（注：分解し電車等に積んで移動）が可能だった緑色のランドナーは、学生時代も旅の相棒とな

りました。北海道を旅した記録を綴った本多勝一さんの「初めての旅」に刺激を受け、野営道具を満載し信州や能登半島、紀伊半島なども一廻りしました。日焼けし汗と埃でちょっと汚い感じ（大分汚かったかも……）の自分は、旅の途中でご飯やアイスクャンディーをご馳走になったり、庭にテントを張らせてもらい風呂も入れてもらったり etc. 見ず知らずの人にたくさんお世話になりましたが、無事に旅を続けたことの報告も伝えぬまま今日を迎えています。

還暦を過ぎ今はオートバイが旅の相棒になっています。一昨年は、東北6県の海岸線を一周しました。昨年は宗谷岬を目的に北海道を3分の2ほど廻りました。先日は、SSTR2025“能登応援”に参加した帰路氷見市でのことです。今にも降り出しそうな雲の下、駐車場で雨具を着用していたところ一人のご老人に声をかけられました。昨年の大地震で一帯に泥状化が発生し自宅が傾いていること、間もなく解体されること、堤防に横一文字にある線は地盤沈下のあとであることなどの話をされるのでした。聴くことしかできずにいる様子を察してかナンバープレートから「山形か、遠くから来たもんだな」「年は幾つだ？ん、俺より10以上若い」「まだまだこれからだな」とにっこり。その時、大粒の雨がポツポツ降り始めると「早くカッパ着て道中気をつけて帰れ」と踵^{きびす}を返し右手を挙げ自宅の方向へ歩いて行かれました。呆然と見送っていると笑顔で振り返り空を指さし早く出発しろと手払いの仕草後、住宅の陰で姿が見えなくなりました。沈下した地面に叩きつける雨に我に返り急いで雨具を着て氷見市を後にしました。あのご老人は今頃どうされているのだろう。

「忘れないよ遠く離れても 短い日々も 浅い縁(えにし)も 忘れないで私のことより あなたの笑顔を 忘れないで」 帰路、冒頭の曲が繰り返し頭の中で流れていました。曲名は「一期一会」。

一期一会は、山形いのちの電話が開設以来、相談活動と研修を重ねながらひとりひとりが大切に培ってきたありかたでもあります。研修を通じ共に学ばさせていただいてきた自分の人生における一期一会に思いを馳せてみました。



どうぞよろしくお願い致します

山形いのちの電話 理事
公認心理師・臨床心理士 和田 由紀



このたび理事の職を拝命することになりました。突然のお話で恐縮しておりますが、これまで山形いのちの電話には、長きにわたって多くの方々に大変お世話になっていたこともあり、謹んでお受け致しました。身が引き締まる思いです。

私が山形いのちの電話に関わらせていただくことになりましたきっかけは、30年近く前になります。当時山形大学保健管理センター教授の末廣晃二先生や、かみのやま病院で臨床心理士をされていらっしゃる佐藤秀実先生にお声をかけていただき、個別研修のスーパーバイザーとして参加した事が最初だったように記憶しています。当時はスーパーバイザーがどんな仕事なのかよく分からず、大変緊張しながら仕事をしていた記憶があります。それから途中少しお休みの期間もありましたが、今日に至るまでさまざまな形で活動の運営に携わらせていただき、山形いのちの電話と共に年月を重ねてまいりました。

現在は継続研修を担当しております。皆さんとディスカッションする時間もありますが、さまざまなお話を聞くことが、私にとってとても刺激になり勉強にもなっています。自分の考え方の狭さや、弱さ、また自分のところの中にある偏見など、さまざまな自分に気づける大切な時間でもあります。自分の気持ちや考えを、自分の言葉で伝えることが人間にはどれほど大切なのか、ということに気づくことができる大切な場所にもなっています。今振り返ってみると、これまでの研修での多くの経験と一つ一つ学んだことの積み重ねが、自分のところの中の骨組みのようなものを、少しずつ強く太くしてくれていったようにも感じています。

現在の社会はあらゆるところに「不安」が蔓延しています。いつの時代にも不安はつきものであったと思いますが、特に近年は社会全体で厳格に効率化が求められ管理化され、失敗や過ちが許

役員名簿

2025年7月1日現在

理事（12名）

長谷川憲治（理事長）・内藤 和暁
本間 弘・東谷 慶昭・井上 周
鞠子 克己・和田 由紀・伊藤 和子
小野 葉子・後藤 茂・菅原 和夫
永澤 孝（常務理事・事務局長）

監事（2名）

伊藤 吉明・大沼 俊彦

評議員（18名）

三浦孝太郎・井上 弓子（後援会会長）・千歳 毅・沼野 慈
波多野保夫・大浦 正人・久松 玄德・小澤 一仁・岡 摂也
小野 宏哉・酒井 彰・鈴木 隆一・片桐 弥生・遠藤 靖彦
植木 憲司・金田由利子・石川貴代子・竹川 敏雄

評議員選任・解任外部委員（2名）

市村 克朗・島貫 新平

第三者委員（3名）

大御 均・峯田 典明・結城 章夫

顧問（1名）

境澤栄美子

されない時代になっています。ミスをしてしまう人は社会の中で厳しくとがめられ、責められ、人としての評価や人間性までも大きく下げられてしまうこともあります。ミスをしないことを強く意識し過ぎると、引きこもって社会との関係を遮断するしかないと考える人がいるのも、当然のことのように思います。

人間は必ず過ちや失敗をする生き物です。しかし今の社会は過ちや失敗を恐れるあまり、余計なことは言わない、無駄なことはやらない、人より目立たない、必要以上に他人とかかわらない、と多くの人が生きることに対して守りに入り消極的になっている印象を最近感じています。本来人間は多くの人が、社会の中で何か役に立つ仕事や活動をしたいと考え、他の人と関わりを持ちながら、安心できる誰かとつながって生きたいと願っているのではないのでしょうか。

電話相談では生きること全般のさまざまな場面で生じた不安に対応していくことが、大切な役割の一つになると思っています。人と人とのつながりが薄くなっている現代の社会で、言葉を媒介に

する山形いのちの電話でのつながりは、社会の中で人のところをつなぐというとても大切で必要な場所ではないかと感じています。そういった大切な役割を担ってくださっていらっしゃる相談員の皆様には、大変感謝しております。

人生には本当にいろいろなことが起こります。生きていくことはいい時もあるし悪い時もあります。人は誰もが時には立ち止まり、じっくりと自分のところに向き合い悩んだりする時間があると思います。新たな一歩を踏み出す時は、その前にいったん立ち止まり悩むことが必要なこともあるように感じます。日々の生活の中で、不安や迷いが生じて前に踏み出せず一人で苦しんでいる時に、山形いのちの電話の活動がほんの少しでも掛け手の方にお役に立つことができればうれしいです。

これからも皆さんと一緒に気持ちを重ねながら、私がこの場所でできることをしっかりと考え、ゆっくりあせらずに進んでいく所存であります。まだまだ未熟ではございますが、これからもご指導ご鞭撻のほど、どうぞよろしくお願い致します。

事務局日誌 (2024.6～2025.5)		
6月15日 いのちの電話連盟総会	21日 研修委員会	29日 LL学習会
27日 事務局会議	23日 運営会議	4月8日 内部監査
7月7日 相談員研修会	28日 事務局会議	評議員選任・解任委員会
12日 運営会議	2月3日 山形新聞広告掲載	10日 自殺予防いのちの電話
25日 事務局会議	9日 30thアンケート分析検討委員会	12日 理事会
8月29日 事務局会議	10日 自殺予防いのちの電話	16日 運営会議
9月3日 運営会議	12日 プラットフォーム会議(山形県)	19日 26期生 認定式
6日 全体研修(安保寛明氏)	16日 26期生 一次審査	27期生 開講式
10～17日 自殺予防いのちの電話(168時間)	20日 ボランティアリーダー会	22日 事務局会議
27日 事務局会議	22日 拡大運営委員会	研修委員会
28～29日 東北四県生きたる支援フォーラムinやまがた(鶴岡市)	26日 アンカフェ①	24日 事業説明会(連盟)
10月22日 事務局会議	3月1日 合同研修委員会	LL学習会
26日 山形いのちの電話開局30周年記念事業	相談委員会	28日 30thアンケート分析検討委員会
11月2日 相談員総会	3日 山形新聞社 寄付金贈呈式	29日 相談委員会
13日 全体研修(安保寛明氏)	研修委員会	30日 広報委員会
14日 運営会議	5日 自殺対策意見交換会(庄内地区)	5月10日 自殺予防いのちの電話
26日 事務局会議	6日 自殺対策懇談会(山形県)	11日 LL学習会
12月17日 事務局会議	LL学習会	12日 評議員会・理事会
21日 全体研修(安保寛明氏)	10日 自殺予防いのちの電話	14日 運営会議
22日 LL学習会	15日 26期生 二次審査	17日 分室大掃除
25日 LL学習会	27期生 面接	20日 ボランティアリーダー会
1月10日 自殺予防いのちの電話	17日 理事会	29日 事務局会議
19日 男性相談研修会	21日 消防訓練	31日 相談委員会
20日 山形市へ要望	25日 事務局会議	

お願い

あなたのあたたかいご支援を

山形いのちの電話はあなたのご支援により活動しています

A. 山形いのちの電話の会員になってください

- ①個人会費 年額〈1口〉 1,000円～
- ②法人会費 年額〈1口〉 10,000円～

B. 寄付金にご協力ください

[振込先] 社会福祉法人山形いのちの電話

◎銀行振込

山形銀行 城南支店－(普)508322
きらやか銀行 山形城北支店－(普)0151924
荘内銀行 山形本店営業部－(普)1114780
ゆうちょ銀行 店番 8 5 8－(普)0004967

◎郵便振替口座

0 2 4 6 0 － 2 － 2 1 2 5 0



つらい時に...

相談電話



年中無休 午後1時～午後10時

ひとりぼっちで悩まずに

しみじみ

Tel023-645-4343

フリーダイヤル 毎月10日 午前8時～翌朝8時

自殺予防いのちの電話

なやみ ころろ

Tel0120-783-556

ココロがつかれたら
電話で話してみませんか



相談電話は
023-645-4343

毎日13:00～22:00受付

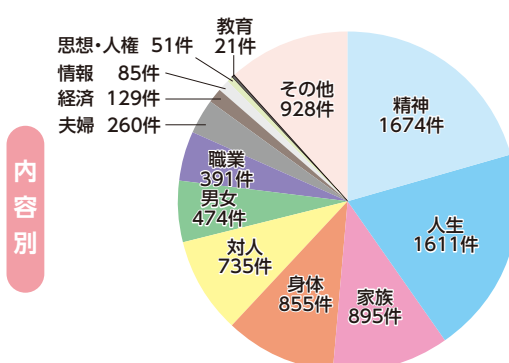
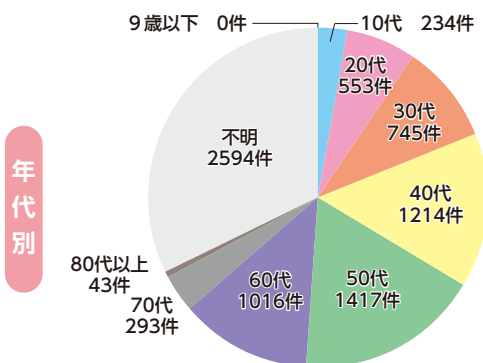
社会福祉法人山形いのちの電話

（このカードは共同募金からの助成で作成しました。）

▲名刺サイズの
「あんしんカード」を作りました

2024年1～12月の受信統計

総件数 8,109件 うち自殺傾向件数 719件

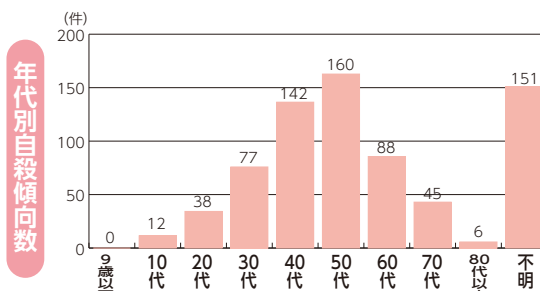


編集後記

家族や多くの方々のお陰で生きてこられたが、その他に、「気持ちを落ち着かせてもらった」と意識しているのが「ラジオ深夜便」と「遠方で暮らす友人」だ。ここでは友人のことを少し。

何十年と会ってなく年賀状のやりとりだけだが、会おうと思えば会える、電話すれば話せる、そんな友がいることに支えられてきたと(勝手に)思っている。「いのちの電話」の活動内容を知る方は、電話を掛けてこられる方の何倍もいるはず。実際に電話は掛けないが「いつでも話しを聴いてもらえるいのちの電話」が在ることで、少し落ち着いた生活をしている方がいるかもしれない。きっとたくさんいる。改めて、広報活動大切!! 広報71号です。

ちなみに、私の「深夜便のうた」ベスト1は「同じ月を見ている」です。(k)



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第99号
電話/023-645-4377(事務用) FAX/023-645-7795
発行人/長谷川憲治 編集/広報委員会



この広報誌は、市い・財協
共同募金の配分金で発行
しています。