

長崎いのちの電話

ご存知ですか？

いのちの電話

こわれそうな "いのち" を、
あなたの手で支えて下さい。



社会福祉
法人

長崎いのちの電話

相談電話
(095)

842-4343

受付時間(年中無休)

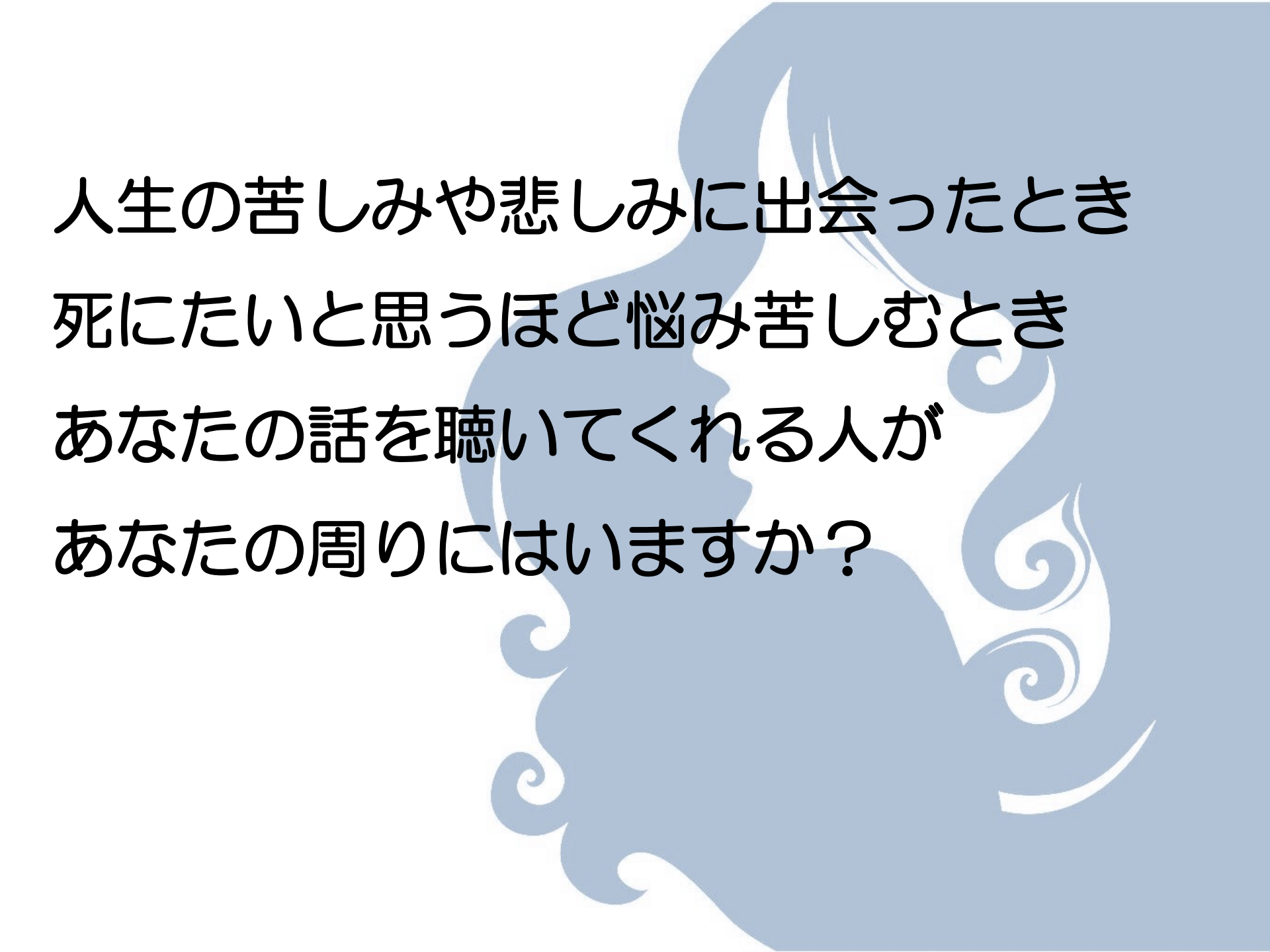
9:00~22:00

毎月第1・第3土曜 午前9時~翌朝9時(24時間)

話を聞いて

悲しいとき分かち合える人がいれば
苦しいとき声をかけてくれる人がいれば
淋しいとき寄り添ってくれる人がいれば
勇気が湧く
生きる力が漲ってくる
わたしは多くを望まない
話を聞いてくれるだけでいい

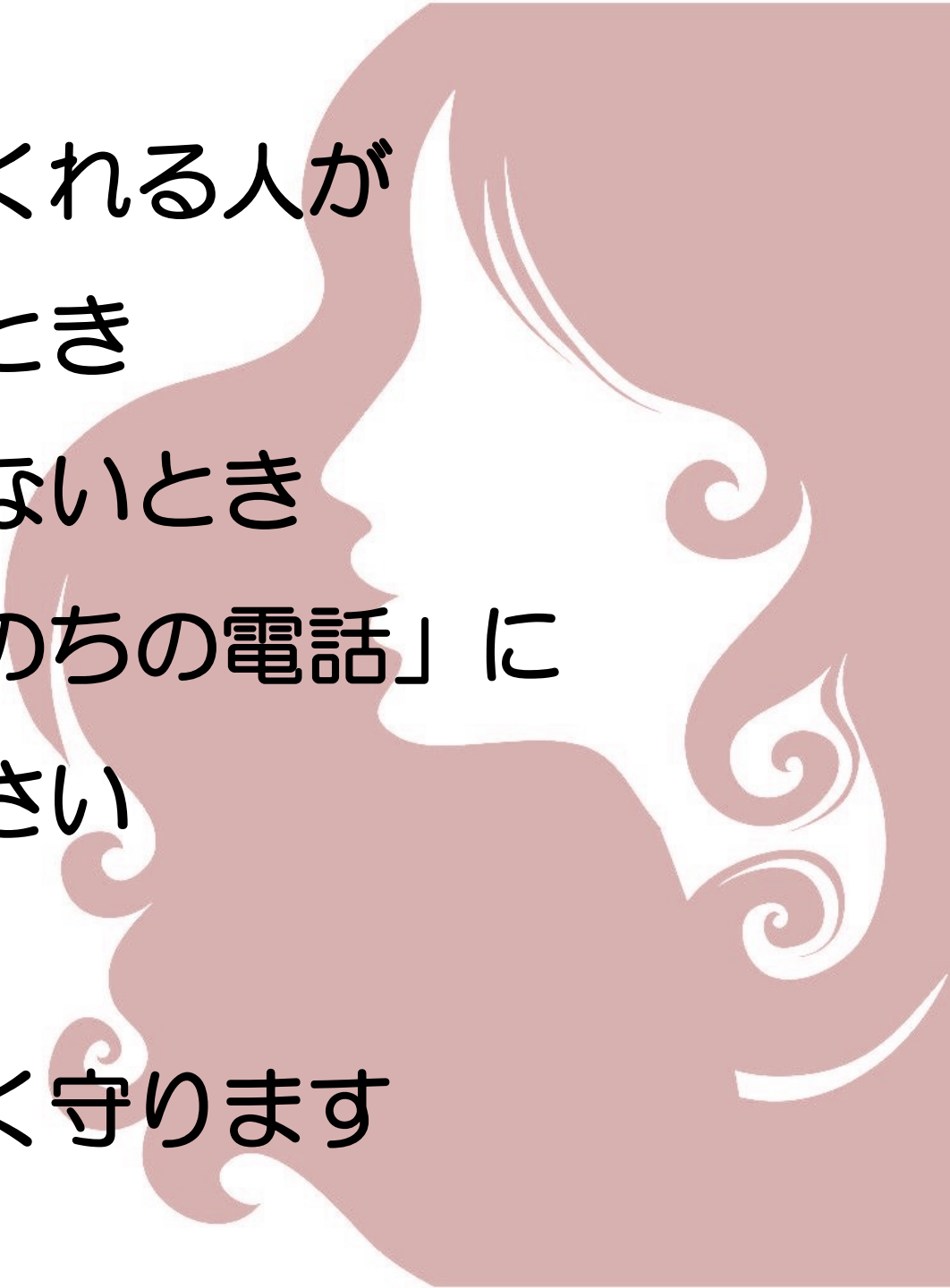


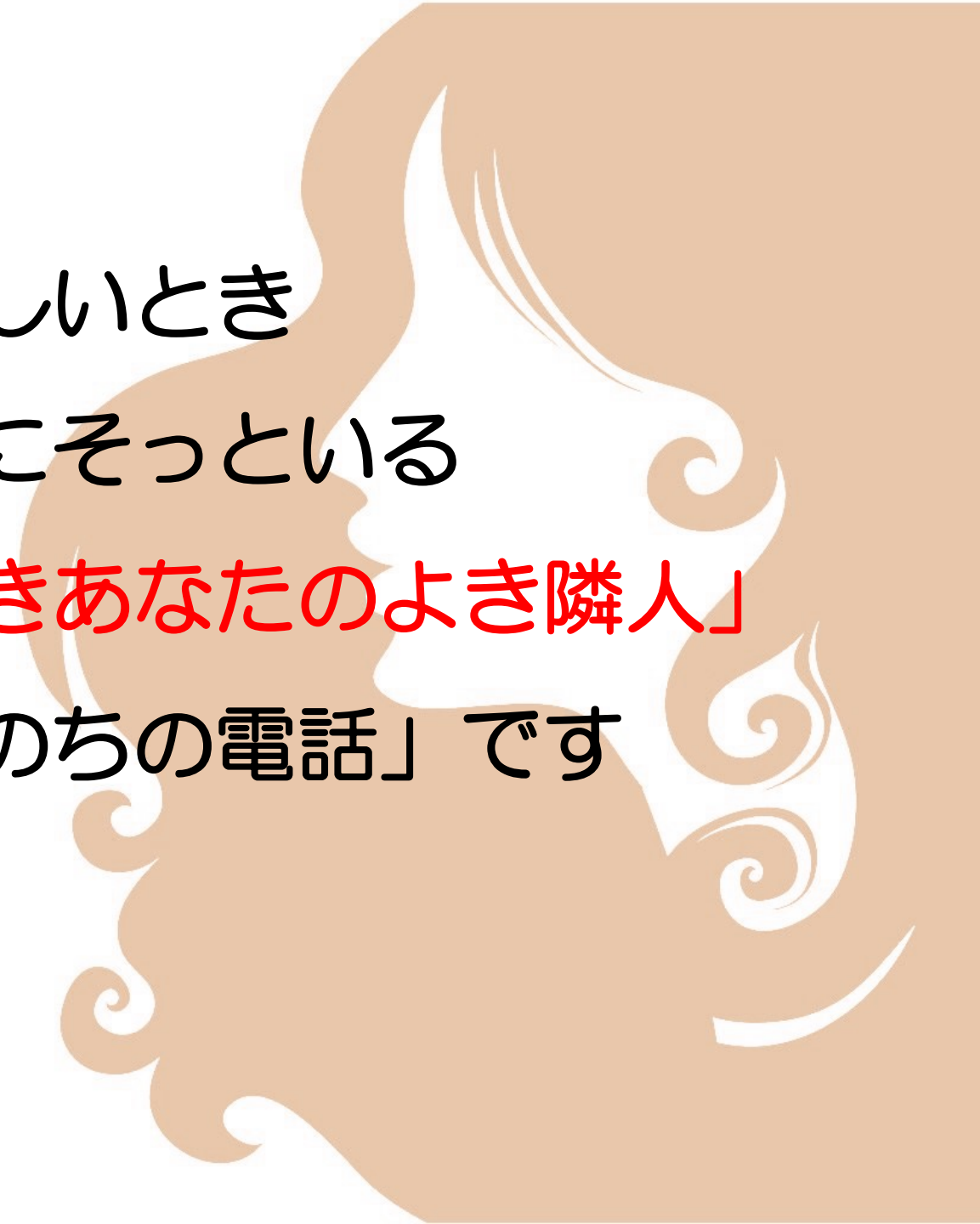


人生の苦しみや悲しみに出会ったとき
死にたいと思うほど悩み苦しむとき
あなたの話を聴いてくれる人が
あなたの周りにはいますか？

話を聴いてくれる人が
誰もいないとき
誰にも話せないとき
どうぞ「いのちの電話」に
お電話ください

秘密は 固く守ります





あなたが苦しいとき

あなたの傍にそっといる

「名もなきあなたのよき隣人」

それが「いのちの電話」です

こうして「いのちの電話」は始まった…

「いのちの電話」は、イギリスで1953年に少女の自殺がきっかけとなり始まった市民ボランティア運動です。自殺予防を目的としており、現在 世界40カ国以上に組織され、日本では1971年東京を最初に、全国に拡がりました。





長崎いのちの電話

1994年11月5日に開局し、初めての電話を受けてから、20年以上活動が続けています。

「いのちの電話」の活動は、特定の思想・信条・宗教によることなく、一人ひとりの「いのち」を大切にし、孤独の中で悩む人々の**よき隣人**として、共に生きる輪を広げていこうとするものです。

相談時間



- ・ 年中無休 9 : 00～22 : 00
- ・ 毎月2回（第1・第3土曜日）24時間の実施
9:00～翌日曜日9:00
- ・ 毎月10日
フリーダイヤル「自殺予防いのちの電話」参加
8:00～翌日8:00 24時間
- ・ 熊本地震フリーダイヤルに参加

相

談

員

の

声



動機は？

経験の浅い子どもにとって
悩みは深刻です。心の叫びを
吐き出す場所があり、彼らの声を
受け止める人がいたら、尊い命
が救われるかもしれない、
そう思ったからです。



動機は？

以前私は、「あなたは人の話が聴けない」と言われたことがあります。人の話がきちんと聴けるようにと思い、参加しました。



動機は？



話をすることの苦手な私ですが、話を聴くことならば、できると思いこの活動に参加しました。

動機は？



人生の中でとても大切なことは、人のために役に立つことだと思っています。悩んだり苦しんだり助けを求める方たちのために、少しでもお役に立てれば、そして自分も人として成長できればと思い参加しました。

A large heart shape is formed by a dense arrangement of small, stylized human icons. Each icon is a simple silhouette of a person with a white face and a colored body. The colors used for the bodies include yellow, orange, red, pink, purple, blue, green, and teal. The icons are arranged in a way that they overlap and fill the heart shape, with some icons appearing slightly larger than others. In the center of the heart, there is a white rectangular box containing the Japanese text 'やりがい' (meaning 'sense of achievement' or 'fulfillment') followed by a question mark 'は？' (meaning 'is it?').

やりがいは？

やりがいとは？



悩んでる人たちと、声でつながって、
どこまでその気持ちを聴くことが
できているのか、
毎回、学ばせてもらっています。
たくさんの仲間と一緒に学べる
ことが喜びです。

やりがいとは？

いのちの電話にかかわって
長い時が経ちました。
何回もやめようと思いましたが、
かけてくださった方々か
らの感謝の言葉に支えられて
今も活動を続けています。



やりがいは？

怒りや哀しみを受けとめる
難しさを、ここで学びました。
どんなことでも受けとめられる
大きな心を持ちたいです。



やりがいは？

驚いたり、不思議に思ったり、
嫌になったり、感動したり、
泣きたくなったりする自分に
気づきます。

ありがとうございます。



A large heart shape is formed by a dense arrangement of small, stylized human icons. Each icon is a simplified figure with a white face and a colored body, appearing in various colors including red, green, blue, yellow, and purple. The icons are packed closely together to create the overall heart silhouette.

伝えたいことは？

伝えたいことは？



家庭や職場以外の
自分の居場所になり、
そしてたくさんの信頼
できる仲間もできました。

伝えたいことは？



無理をせず、マイペースで
少しでも長く
続けられるように、
頑張ります。

伝えたいことは？



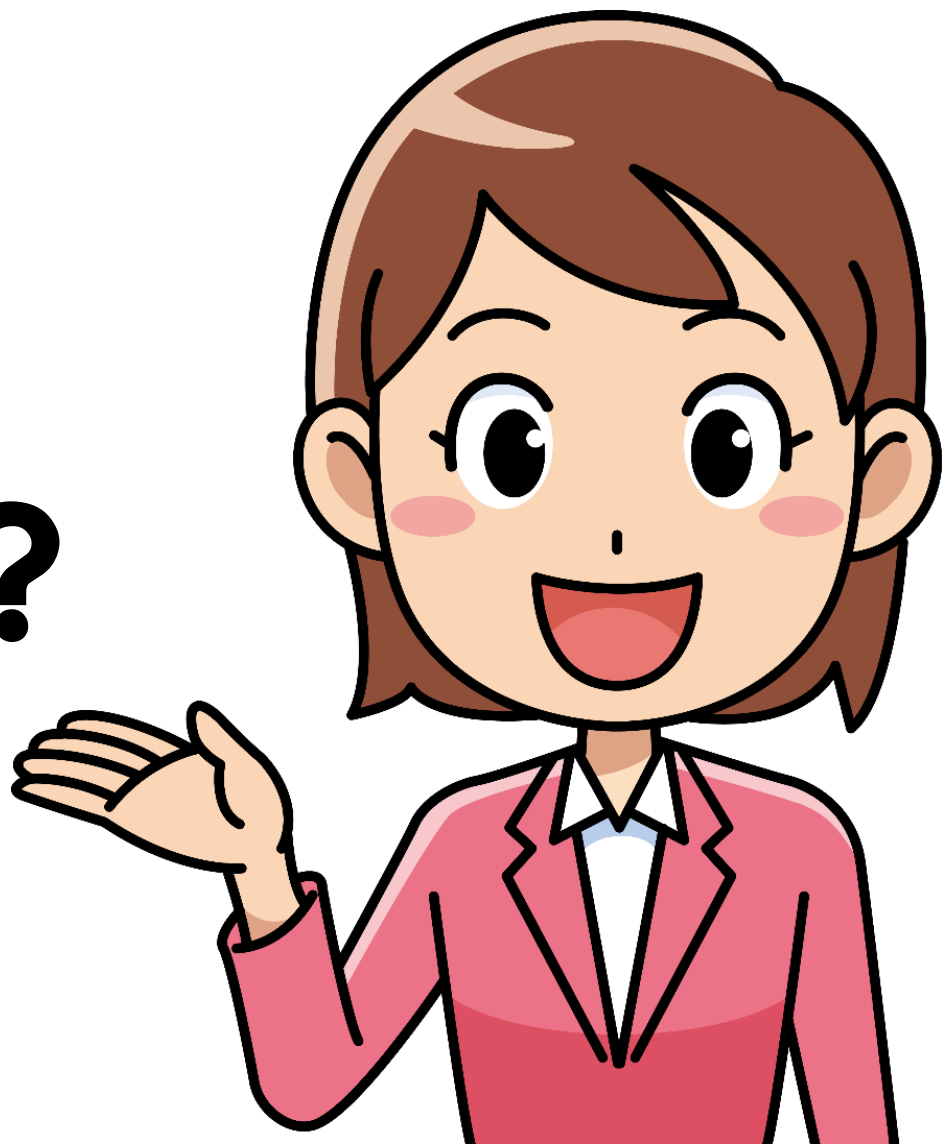
「共感する」という言葉の重さと
傾聴の大切さを学んでいます。
あなたも一緒に学びませんか。

伝えたいことは？

「誰かに話したい」とか
「聞いてほしい」と思う人が
電話の向こうで
待っています。
そのような人たちにあなたも
寄り添ってみませんか。

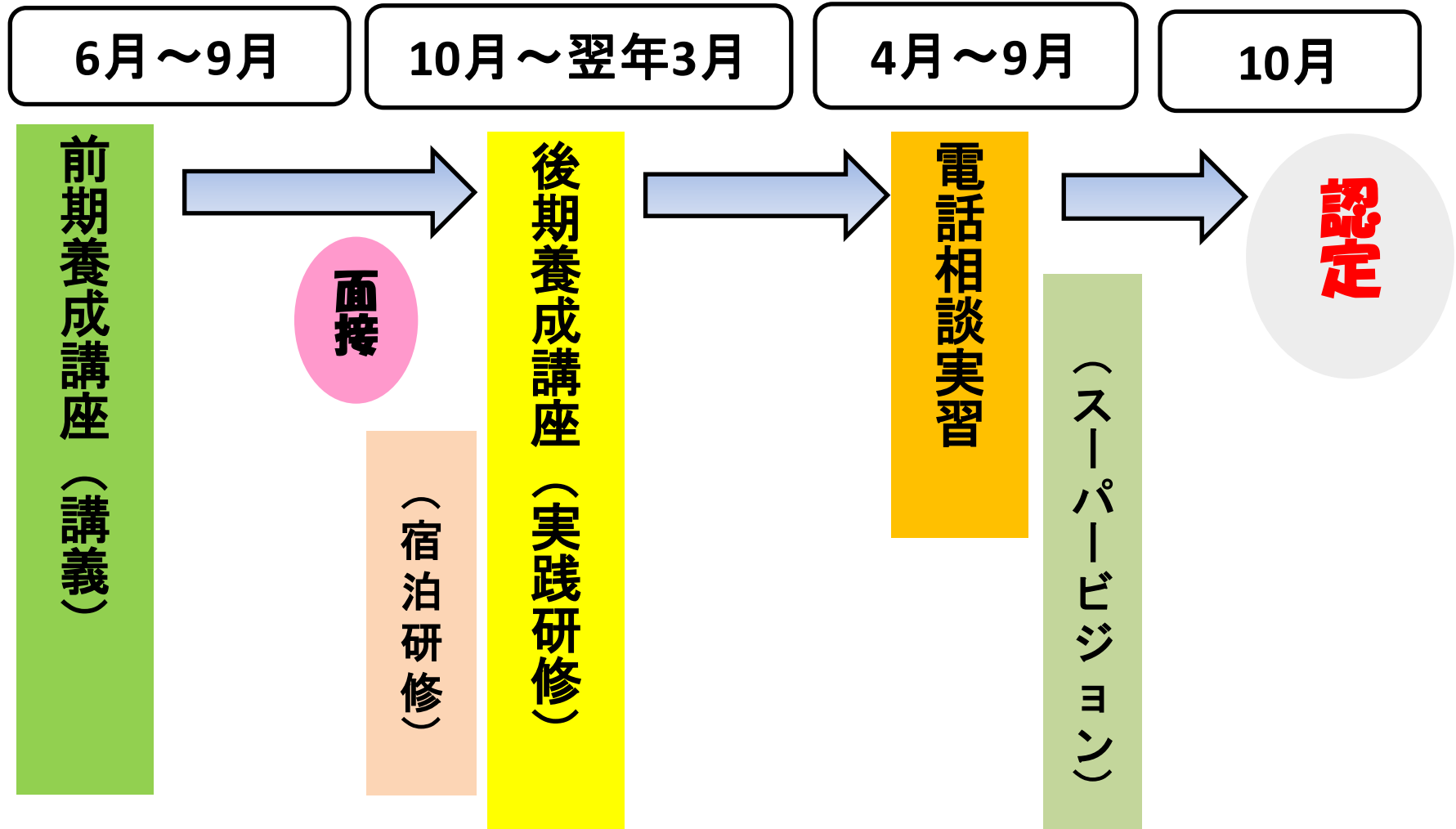


**相談員に
なるには？**



養成講座のスケジュール

4月から募集開始





【募集要項】

- 応募資格： 22歳から68歳までの男女
 - 応募期間： 2019年4月1日(月)～5月28日（火）
必着
 - 開講日： 6月1日（土） 13：30～16：00
 - 受講期間： 前期/2019年6月1日～9月21日
後期/2019年10月～2020年9月
 - 受講料： 前期/8000円 後期/24,000円
- 

前期養成講座（公開講座）

福祉・心理学・カウンセリング・精神医学・法律・哲学



1	6/16 日	カウンセリングとは 活水女子大学 長尾 博 先生	6	8/17 土	性暴力被害と支援について 性暴力被害者支援「サポートながさき」 元支援員 平山由美子 先生
2	6/29 土	死ぬこと・生きること NPO法人 ウェスレヤン・コミュニティカレッジ 長崎ウェスレヤン大学 内村公義 先生	7	8/24 土	依存症の理解と対応 (アルコール・ギャンブル・インターネットなど) 原口カウンセリングルーム 元福岡女学院大学 原口芳博 先生
3	7/13 土	発達症とパーソナリティー障害に ついて 長崎大学 今村 明 先生	8	9/ 7 土	精神病性障害について (統合失調症・うつ・双極性障害など) 長崎いのちの電話理事長 中根允文 先生
4	7/27 土	家族の問題について(虐待・ひきこもりなど) 道ノ尾病院 元長崎国際大学 古賀 義 先生	9	9/21 土	これからの高齢社会と福祉・介護 長崎純心大学 澤 宣夫 先生
5	8/ 3 土	生活の中での法律について (借金・離婚・相続など) なかむら総合法律事務所 中村尚志 先生	会場 長崎県総合福祉センター 4階 時間 14:00 ～16:00		



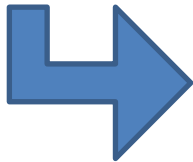
受講料（1回）：一般 1,000円、学生 500円
 全講座受講の場合：一般 8,000円、学生 4,000円

公開講座のようす



後期養成講座(実践研修)

- ・ 「傾聴」学習
- ・ いのちの電話について学習
- ・ 対人関係基礎訓練(一泊二日の宿泊研修)
- ・ ロールプレイでの訓練



認定後

いのちの電話相談員として電話を受けます
積極的に研修やスーパービジョンへ参加
「よき隣人」であるために学び続けます

現在100名近くの相談員がボランティアとして
互いに励ましあい、助け合って、活動しています



資金面からも支えて下さいますか？



社会福祉
法人

長崎いのちの電話

相談電話

(095) 842-4343

受付時間(年中無休)

9:00~22:00

毎月第1・第3土曜 午前9時~翌朝9時(24時間)

賛助会員 となって活動を支えてください。

「いのちの電話」は、すべてボランティアによって運営しています。電話相談にあたる人も、運営の手助けをする人も、みんなボランティアです。奉仕の気持ちをお持ちになりながら、多忙その他の理由で、直接この運動をサポートできない方も、賛助会員となってボランティアの輪に参加していただけると有難いです。

「いのちの電話」の維持、運営のためには借室料、文書通信費、相談ボランティア養成費や研修費など相当な経費を要します。

また、社会福祉法人として基本財産の積み立ても必要です。これらの資金は、心ある皆様からのお志に頼るしかありません。

あなたも**賛助会員**になって、資金面からこの運動を支えて下さいますか？

《賛助会員》ご入会について

(1) 賛助会費(年額、いずれかご指定ください)

個人

☐ A 1万円 ☐ B 5千円 ☐ C 2千円

法人/団体

☐ D 5万円 ☐ E 3万円 ☐ F 2万円 ☐ G 1万円

(2) 寄付金(金額は随意です)

お振込先

■郵便振替口座…01870-3-40716

■銀行口座

☐ 十八銀行 本店(普)595477

☐ 親和銀行 長崎支店(普)1700463

☐ 長崎銀行 千歳支店(普)2135124

名義はいずれも「社会福祉法人 長崎いのちの電話」

事務局 TEL 095-843-4410
FAX 095-844-3600



ご清聴ありがとうございました

