



社会福祉法人

いのちの電話【東京】

vol.
160
2018.12

SNS時代に「対話する」ことを考える

立教大学文学部教授・臨床心理士
いのちの電話(東京)研修委員

逸見 敏郎

はじめに

グローバリゼーションの進展は、そのスピードを落とすことなく、初期の段階であった交通手段、通信手段のみならずあらゆる分野に及んできている。グローバリズムとは異なり、グローバリゼーションは人類の歴史が進歩発展するうえでは不可避のことでもある。しかし、それは私たちの日常の人間関係に豊かさをもたらしているのだろうか？立ち止まって考えることも大切な時にきているのかもしれない。例えば、「スマートフォン経済の現在と将来」をテーマのひとつとした『平成29年版情報通信白書』（総務省、2017）によれば、2016年のスマートフォンの世帯保有率は71.8%であり、これは統計を取り始めた2010年比で+62.1ポイントと増加傾向にある。スマートフォンは、インターネットにつながったパソコンに電話機能がついている機器ととらえることができる。すなわち、いつでもどこでも世界中の人や情報と繋がることのできるパソコン端末を常に手の中に持っている、という状況が広がってきているのである。しかし繋がる相手がいなければ、“ケイタイを持って知る 孤独かな”という状態に直面する。そんなことはない、スマートフォンに向かってしゃべればSiriやAlexa、アシスタントが応答してくれるさ、と言う人もいるかもしれない。確かに最新のスマートフォンにはAI技術を活用した音声アシスタントが装備されていて、“おはよう”と画面に向かって喋ると“おはようございます”、と人工音声に応答してくれる。“辛いよー”と喋ると、“ご同情申し上

げます”と返ってくる。“死にたいくらい、辛いの”と話しかけると、“どこかの相談窓口に相談してみませんか？”と、自殺予防活動をしている団体のWEBサイトをいくつか紹介してくる。“死にたい”は、単に“辛い”の形容として使った言葉なのに…。これは、AI技術を活用した自殺予防対策のひとつでもあろう。しかし、話し手の感情を読み取ることができないのは、現在のAI技術の限界とも言われているが、まさにその通りなのである。

他者との交流と対話的關係

人間性心理学者のマズロー (Maslow A.H.)は、「人間は自己実現に向かって、絶えず成長する」存在であると考え、自己実現理論を構築した。それは「欲求の5段階説」としてよく知られる (Maslow, 1962)。それは、人間の基本的欲求を、原始的欲求である「生理的欲求」から順に「安全の欲求」、「愛と所属の欲求 (社会的欲求)」、「尊重される欲求」、そして「自己実現の欲求」と高次の欲求に至ることを示したものである。このうち「生理的欲求」や「安全の欲求」は、成人においては個人でも獲得充足が可能という側面をもつ。しかし、「愛と所属の欲求」や「尊重される欲求」は、他者との関係性のなかでしか満たされることはない。つまり、他者との交流をとおし、自分の存在の意味を確認し、社会のなかに自分自身の居場所を見いだすことが可能となるのである。

この他者との交流の最も基本的なものは、コミュニケーションである。コミュニケーションは人

と人とのつながりのなかで生じるものであり、それは従来、「会話」や「対話」という言葉で使われてきたものである。

日常生活では、会話(conversation)と対話(dialogue)の区別を余り意識的にしないまま使われているように見受けられる。しかし、両者には大きな違いがある。手元の国語辞典や英和辞典、英英辞典を手がかりにして、その両者を比較してみると次のようになる。すなわち、会話とは、二人または数人が互いに話したり聞いたりしながら共通の話題について話しを進めることを指す。「会話のキャッチボール」などと言われるように、軽妙洒脱に話しを進めることであるともいえよう。そして対話とは、二人が向かい合って話し合うことであり、その場における相互理解のための話し合いを指す。一方、「対話」は、前提として個人が持つ価値観は、それぞれ異なるという認識に立つ。その上で、仮に価値観や意見が異なるとしても相手を真っ向から否定するのではなく、お互いの存在を尊重しあい、その上で話しあうことによって新しい答えを導き出す協働行為のことである。言い換えるならば会話とは、“あなたと私は同じ”であることをその前提とし、また目標とする関係性である。また、対話は“あなたと私は違う”ことを前提とし、その違いを尊重していく関係性である。武者小路実篤のこぼを借りるならば、「君は君、我は我なり。されど仲よき」ということであらうか。また、この観点から考えると、マズローの「愛と所属の欲求」や「尊重される欲求」を実現するために必要な自分以外の他者との関係は、対話をベースとした関係性だと考えられよう。

ところで、日常生活の中で、意識しないと対話ではなく会話になってしまいがちなのは、「君は君、我は我」という自他の価値観や思考が違うことに対する落ち着かない不安定な感覚を抱えることができないからであらう。この自他の違いに基づく不安定な感覚が生じるのは、“皆一緒であること”を善とする文化の中で生活していることに一因があるのではないだろうか。他者からどう思われているかという評価懸念や対人緊張にも通じる相手と自分が異なるという不安定な感覚に耐えながら、自分と相手の違いを認め、それを尊重しながら、一致し共有できる点も含めて相互に理解し合うこと、これが対話的關係なのである。

対話的關係と物語

対話的關係では、話題の内容だけではなく、そこに込めた、あるいは無自覚的に積みこませた気持ちや要望など様々な情動や欲動を受け止め、取

り上げていくことが重要となる。これは感情の読み取りに困難がある現在のAI技術を活用したスマートフォンの音声アシスタントには到底できないことであろう。また、対話的關係をつくりだす際に、大切なことは自分自身も対話の相手も、それぞれ物語(narrative)を編みながら、過去、現在そして未来と、その物語を生きているのである。自らの意志とは関係なく、この世に生まれ落ち、名を授かり、教えられ、学び、そして自ら体験してきたこと、これら全てに個人は独自の意味を付しながら歳を重ねてきている。つまり、個人が編み上げている物語とは、その個人が今に至るまでに生き延びてきたその人独自の方法が詰まっている生き方のコツの集大成でもある。そして、対話的關係において相手を尊重するという事は、語られる編み上げた物語を丁寧に聴きとることにほかならない。それは、語られる物語は語り手の心理的真實であり、それを最大限に尊重しながら聴くこと、真の意味で語り手に“寄り添う”ということである。語られる物語は、多様であり、時には聴き手の編んできた物語を軽々と超える物語に出会うこともある。反対に、聴き手の生活体験が先行する物語が語られることもあり、“こうすれば楽にできる”などとアドバイスをしたくなる時もある。しかし、どのような語り手と出会おうとも、語り手を理解しようと聴き取ること、それが寄り添う聴き方であろう。

対話的關係といのちの電話

昨今、「～ができる」ことが個人の社会的評価指標となっている傾向が見受けられ、そこからこぼれ落ちると存在意義すらないという社会的排除の風潮が覆われているところもあるようだ。これは明らかに間違いである。どのような個人であっても、生きている存在として承認され、尊重される権利を保持している。生きることが辛い状況にあるとは、今いる場所で、その権利を活かすことができないだけであり、そのため自分自身の存在意義を実感することが困難な状態なのである。私たちのいのちの電話は、電話を介した匿名の対話的關係を無償で提供しながら、掛け手が自らの存在意義を自覚し、社会に包摂される力を再び得ていく支援の営みを24時間365日、途切れることなく行っている。それは、精神科医のサリバン(Sullivan, H.S.)が、精神科の治療とは対人関係であると言ったのと同様に、電話をとおした対話に基づく対人関係を体験しなおし、関係性のなかで生きる実感を取り戻すことによって、明日を生きる力を提供することにほかならない。

講座プロジェクト「—対話をとおして人との関係をみなおそう—」を始めました

いのちの電話(東京)は、「相手の気持ちを分かろうとする気持ちでの関わり」を大切に電話相談活動を続け、今年で48年を迎えます。そこで今年、その活動の成果を社会に還元するアウトリーチプログラムを立ち上げました。それが「講座プロジェクト—対話をとおして人との関係をみなおそう—」です。

この講座は、いのちの電話の活動を紹介する講義と、日々の相談活動の中で培った気持ちでの関わりをロールプレイをとおして体験的に学ぶセッションとで構成しています。特に体験的に学ぶセッションは、電話相談において大事にしている、対話によって生まれる人との関係を具体的に体験できるよう工夫しました。

プロジェクト実施の第一回目として、9月5日に東京福祉大学池袋キャンパスで、「対話をとおして人との関係をみなおそう」をテーマに、授業を担当しました。受講した72名の学生からは、「今回初めて



いのちの電話の活動を知った」、「相手の立場になって気持ちを考える大切さがわかった」、「誰かの居場所になれるといい。私自身もたくさんの人の悩みや不安を聴いてあげられたら良いと思った」など、たくさんの感想をいただきました。

大学だけでなく、企業や団体に対するプログラムも用意しますので、これからも講座プロジェクトの展開を通じて、より多くの方々にいのちの電話の活動を知っていただき、地域社会に支え合いの輪を広げていきたいと思っております。

オープンセミナー「いわさきちひろの世界 いのちと平和」

ちひろ美術館・東京 前副館長 松本由理子さん

今年は、いわさきちひろ生誕100年！

世を去って40年以上経つにもかかわらず、今なお、多くの人々の心に生きる「いわさきちひろ」の絵と絵本。画像を見ながら、「いわさきちひろ」という人は、どんな時代に生き、何を夢み、なぜ絵本を描き続けたのかというテーマのもとで、松本由理子さんの講演が行われました。

日本が戦争へと突き進む中で娘時代を過ごしたいわさきちひろは、あたりまえのようにある生命や生活のほかなさを知っていました。だからこそ身近ないのちをいつくしみ、なによりかけがえのないものとして、みずみずしい色彩で、温かく優しく包み込むように絵を描き続けたのです。

いわさきちひろの絵は、具体的なことを描かず、子供の一番可愛い瞬間をとらえ描いています。描いていないところは、その絵をみた人が自分自身の思いをプラスして見ることで、一番大切な対象として、時を超えてわが子にそっくり等と感じられる人が多いのです。

多くの絵の中でも、本当にちひろが描きたかったのは、可愛い赤ちゃんや花でした。常に正面から対峙するのではなく、横顔を描いたりすることから、相手の気持ちをそっと見守る温もりが伝わってきます。

「いわさきちひろ」の絵に癒される人は、心が傷ついている人、疲れ果てている人、傷つけないのに傷つけてしまう人などさまざまです。彼女は晩年、人生が悲しくなったり絶望的になった時に、自分の絵の世界が心なごませてくれるものであるように、と願っています。

また、戦争の不条理、人間の醜さ、不幸をいっぱい受け止めつつも、ささやかないのちの輝きに心を寄せておられることに感動を覚えます。ちひろさんは自分にとって大切な家族のため、愛するがゆえに全てを受け入れます。誰か一人でもいい... 本当にありのままの自分と真摯に向き合ってくれる人、見守ってくれる人がいたら、人はどんな時も生きていくことができるのかもしれない。

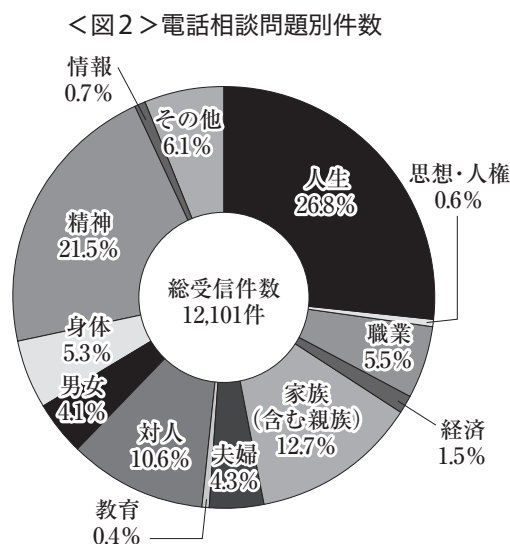
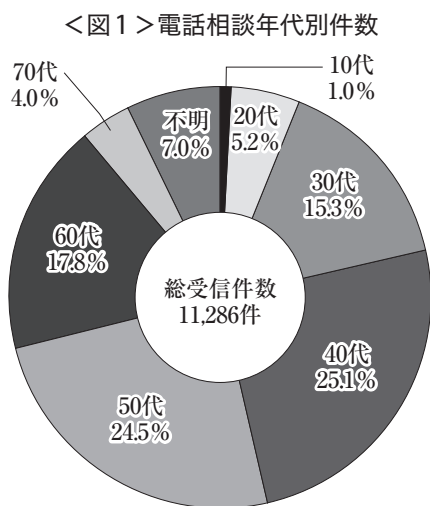
凜とした美しさや強さの中にも、優しさとやわらかさがあふれる「いわさきちひろ」の生き方そのものが、時を超えて私たちのところに響くメッセージであるように感じました。



2018（平成30）年 1月～6月

■電話相談

2018年上半期(1～6月)の電話相談は、11,286件(男性4,513件、女性6,773件)であった。相談内容につ窮など複数の問題を抱え、この先の不安や孤独を訴える相談が多く寄せられた。 自殺傾向：16.0%

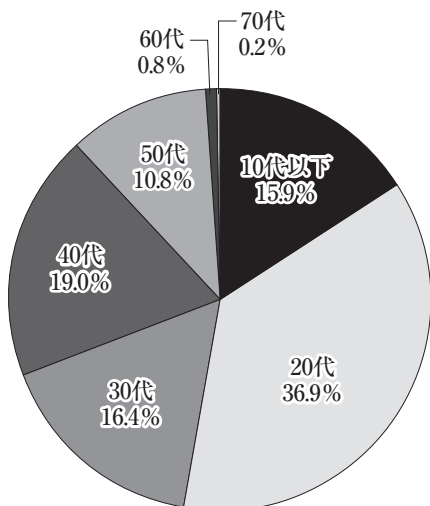


■インターネット相談

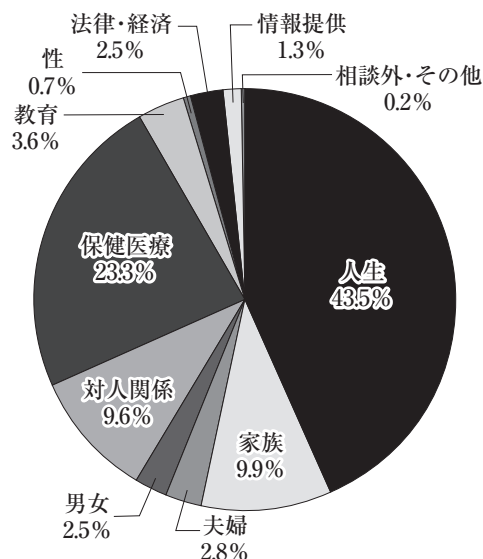
インターネット相談東京システム(1回制)は、2017年11月より、埼玉いのちの電話、東京いのちの電話の(男性125件、女性479件)であった。うち東京センターが対応した相談件数は、242件で、自殺傾向率は上であった。対応に苦慮する深刻な相談が多く寄せられた。

また、2017年10月より日本いのちの電話連盟によるインターネット相談事業(3回制)は、秋田、盛岡、仙奈良、愛媛、福岡センターにより実施されている。相談受信件数は全体で835件(男性248件、女性580件、東京センターが対応した相談は、54件、自殺傾向率は37.0%と高い傾向であった。

<図4> 年代別受信件数(東京システム)



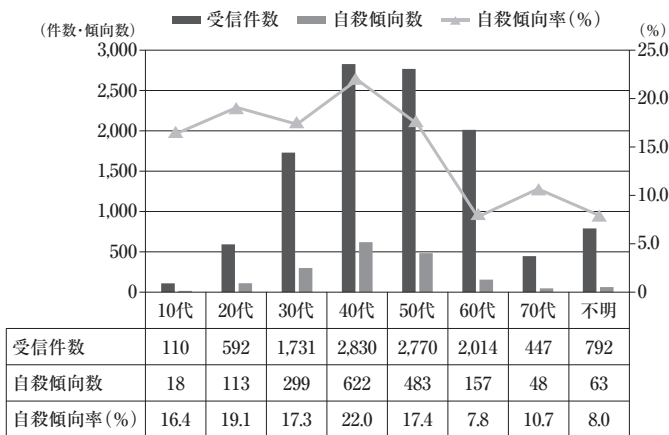
<図5> 問題別受信件数(東京システム)



相談実績

いては、心身の不調や家族を含む人間関係、生活困
平均通話時間：29分

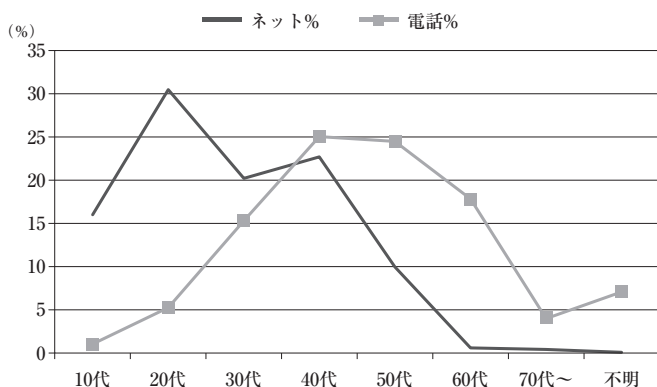
＜図3＞年代別受信件数と自殺傾向率



共同で実施している。相談件数は、全体で604件
39.2%、10代～30代の若年層からの相談が7割以

台、新潟、栃木、埼玉、東京、川崎、浜松、愛知、
その他7件)、自殺傾向率は48.0%であった。うち

＜図6＞ネット(東京システム)と電話の年代別受信件
数比較 2018年1月～6月



2018年度
東京いのちの電話後援会

チャリティー事業

♪ 被爆ピアノコンサートの報告 ♪

2018年度の事業として8月
9日(木)に文京シビック小ホ
ールにおいて《被爆ピアノコ
ンサート》を行いました。被
爆したピアノと共に10年以
上コンサート活動を続けてき
たVoicek (ヴォイスケ)との
共催です。



コンサート前日は、台風の
影響が心配されましたが、朝には雨も止み、お客様には
支障なく会場に足を運んでもらえることができました。
昼、夜の部とも会場は多くのお客様で満席となりました。

いのちの電話では「困難や危機にあって、誰ひとり相
談できる人もなく、自殺などの様々な精神的危機に追い
込まれた人たちが再び生きる喜びを見出すこと」を願い
つつ活動をしています。人の命を尊ぶという同じ視点に
立ち「いのちの電話」とVoicekの活動は繋がります。
その願いを込めて「未来への伝言～響け世界へ いのち
をつなぐ平和の祈り～」というタイトルを掲げ、コンサ
ートの内容もそれに沿ったものでした。

被爆ピアノの美しく力強い響き、平和を祈る歌、戦没
画学生への恋人からの手紙の朗読、若き高校生たちの歌
や踊りのパフォーマンスなど、観客の皆様を強く惹きつ
け、心を動かすコンサートになりました。休憩時には舞
台上の被爆ピアノに実際に触れ、弾くこともできました。

当日は長崎原爆記念日でもあり、ロビーには、長崎原
爆の歴史を学習している子供たちの写真展示やいのちの
電話の活動を紹介するパネル等が設置されました。多く
の方たちが目を向け、24時間休まぬ活動を続ける電話
相談について質問をされる方や相談員募集のポスターを
じっと見ている方もいました。

休憩時間や入退場時には、来場者、相談員、OB・OG
の方たちが楽しそうに語り親睦を確かめ合う様子が見



られた一日でもあ
りました。多くの
方たちに喜んで頂
けることができ、
皆様のご協力に感
謝申し上げます。



ご支援ありがとうございます



2018年4月1日より9月30日までに、下記の皆さまから温かいご支援をいただきました。
一同深く感謝申し上げます、ご報告いたします。(敬称略)

企業・団体、宗教法人・教会、学校		4,666,862円
一般財団法人東京都弘済会	100,000	株式会社博洋エージェンシーサービス 50,000
一般社団法人霞会館	500,000	公益財団法人原田積善会 500,000
一般社団法人アジア婦人友好会	140,000	公益財団法人毎日新聞東京社会事業団 300,000
一般社団法人全国銀行協会	300,000	東京Iゾーンクラブ 200,000
一般社団法人日本メイスン財団	1,000,000	東京ロータリークラブ 100,000
株式会社大創産業	500,000	日産労連リック局 100,000
株式会社博報堂	50,000	U A ゼンセン 500,000
ウエスト東京ユニオン・チャーチ	20,000	宗教法人林海庵 50,000
S. J. ハウス	30,000	静勝寺 20,000
カトリック碑文谷教会	10,000	日本聖公会東京教区 36,442
カトリック聖マリア修道女会千葉修道院	10,000	本浄寺 5,420
宗教法人救世軍	100,000	マリアの宣教者フランシスコ修道会 20,000
女子聖学院PTA	25,000	

個人 2,745,518円

相野谷 鷹子	一宮 栄利子	江尻 美穂子	小高 富美子	菊池 汎子	近藤 千代子	清水 かほる
青木 節子	伊藤 英子	江田 佐栄	小田 京子	北川 暁子	近藤 汎	清水 迪子
青鹿 博明	伊東 尚	榎本 紀子	小田 靖忠	北島 柳子	斎藤 和香子	志村 節子
青山 博務	伊藤 誠二	江幡 園子	小野口 美知子	北野 寛子	斎藤 洋子	東海林 敦子
赤司 美江子	伊藤 三保子	江平 清	小野寺 裕子	木村 隆昭	斉藤 竜太郎	城口 博隆
明峯 明子	稲葉 知子	大川 佳子	織畑 伊都子	木山 昭栄	佐伯 幸子	進藤 良江
浅井 清	稲見 弘子	大川 昌巳(貴子)	傘木 弘之	國井 美子	酒井 高男	末木 千代
朝居 健	犬尾 順子	扇谷 正紀	笠原 雅子	櫛田 結子	坂入 操子	杉浦 弘輝
芦川 弘道	井上 恭一	大久保 節子	梶永 富美枝	熊谷 和重	坂口 順治	杉本 英子
熱海 道代	井上 陸子	大越 俊男	柏原 保久	熊倉 ハルミ	坂本 美波	杉山 克好
渥美 伊都子	今村 久美子	大下 方子	梶山 春江	熊野 剛雄	櫻井 奈保子	杉山 のり子
荒井 親雄	今村 恭子	大竹 信子	梶原 茂子	栗林 定友	桜井 元雄	相山 房子
荒川 千恵子	入江 建久	太田 佐喜子	片山 知子	来島 淳子	佐古 一久	杉山 裕子
安斉 達雄	入川 敦子	大谷 幸代	加藤 恵	慶田 直子	佐々木 彰子	鈴木 慰
家田 莊子	岩崎 建治	大多和 豊(喜美子)	門倉 春子	小泉 豊	佐々木 由利子	鈴木 昭子
池谷 一郎(清子)	岩沙 京子	大塚 和夫	門田 文子	来馬 明規	佐々木 庸子	鈴木 幸四郎
伊沢 和子	植田 奈津子	大坪 悦子	門野 豊子	桑折 啓子	佐藤 嘉代	鈴木 敏介
石井 光子	上田 紀子	大鍋 みさお	金山 良雄	小堺 三千代	佐藤 智子	鈴木 浩子
石川 忠正(正枝)	上野 高尚	岡崎 廉治	金平 輝子	顧 哲夫	佐藤 尚子	鈴木 幸子
石川 義博	植村 みどり	尾川 公子	亀山 康子	小林 静江	佐藤 寛朗	関口 邦興
石田 市子	内山 多美子	小川 道子	川北 かおり	小林 誠三	左藤 浩子	関根 眞由美
石田 好子	梅澤 伸嘉	奥津 信一	河田 静子	小林 凌子	佐藤 牧子	曾根 晶子
石橋 勇	浦部 忠久	奥山 章雄	川橋 幸子	小松 寛之	澤田 りえ	田井 順之
石原 晶世	瓜生田 隆子	小倉 充夫	神田 千冬	小谷津 孝明	宍戸 信次郎	高桑 明子
井田 三智子	海野 暁	大栗 ますみ	菊池 直子	小谷津 光子	篠崎 八恵子	高橋 廣見
市川 幸江	江川 雄一	小澤 格	菊池 洋子	近藤 淳	篠原 富喜子	高林 利夫

高松 満至	土田 春雄	中野 千磨	馬場 元毅	古田 和子	三村 徳子	山崎 美奈子
田久保 静雄	筒井 規子	仲野 裕三	土生 恭子	古屋 克利	宮崎 秀雄	山澤 寛子
竹内 陽子	津村 有紀子	仲摩 真途(邦子)	早川 治子	保坂 はるみ	宮崎 美枝子	山田 明子
竹口 きよせ	湊元 みさお	中村 明実	林 よしえ	穂積 みゑ子	宮谷 仁太郎	山田 清子
竹崎 長	露木 多磨子	中村 稔	原 一司	細川 敦子	向山 康子	山田 妙子
武田 勝年	照内 真知子	仲元 達雄	原 研治	堀江 弥生	村井 あつ子	山本 雅江
田島 三枝子	寺嶋 知子	長山 忠雄	原科 孝雄	本藤 育子	村井 富美子	湯川 富士子
田島 祥乃	寺本 明男	生木 ヨシミ	原島 三郎	本間 セツ	村田 邦子	湯川 れい子
多田 文代	田頭 寿子	成田 久美子	原田 玲子	前田 美代子	持田 和正	横倉 季代
館 裕子	ドウトレイ	成田 喜恵	半田 節子	前田 由紀子	本木下 道子	吉岡 見知子
立野 信一	得居 かつ子	鳴海 直子	東野 文恵	牧志 功子	森上 展安	吉田 君代
田中 牧子	徳善 登世子	南部 雅人	樋口 浩子	牧原 和美	森 秀人	吉田 靖
田中 カツ子	徳富 悌子	西川 秀夫	久重 倫子	増岡 久美子	安田 展久	吉田 尚英
田中 純子	富沢 みよ子	新田 敦子	久下 勝通(千代)	町田 健一(千鶴子)	安田 はるみ	吉田 栄夫
田中 暉通	友田 直人	沼倉 美智子	平川 敦子	町村 淳子	柳井 良子	吉松 和哉
田辺 裕子	豊嶋 良一	根橋 剛	平林 晴子	松澤 明子	柳坪 正子	善本 圭子
谷村 春樹	長尾 文雄	野口 善延	広瀬 裕子	松谷 洋	柳沢 信一郎	米沢 宏
玉川 邦子	仲 里路	野田 泰子	深沢 亮子	松永 恒文	柳下 弘	若井 永
田和 恭介	中澤 明	橋本 義章(幸子)	福山 清蔵	松村 美佳	柳田 邦男	和木 祐一
塚崎 誠一(恭子)	長沢 道隆	長谷川 倫子	藤井 忠幸	真野 正子	矢部 恭江	渡瀬 トモ子
塚本 迪子	中寫 邦	服部 洋	藤谷 秀子	三浦 邦夫	山岸 啓一	渡邊 秀夫
津久井 定雄	中島 潤子	服部 ひろ子	藤田 禧	三上 郁夫	山口 公成	旧継続Qグループ
津田 菊枝	中島 千晶	花塚 一弥	淵岡 久子	美甘 逸子	山崎 順子	匿名 32名

その他のご支援

*未使用切手、書き損じ葉書など多数ご寄付いただきました。

*ご芳名の記載もれや誤字などがございましたら、お手数でございますが事務局までお知らせください。

ご支援をお願いします

いのちの電話は相談員の無償の奉仕で支えられておりますが、24時間365日電話相談を受け付けるには、研修費、広報、事務費、借室料など年間約3,000万円の運営費が必要です。その運営費の大部分が皆さまからの尊いご寄付に頼っております。ご寄付には個人、法人ともに税制上の優遇措置もございます。ご支援よろしく申し上げます。

○税額控除について

社会福祉法人いのちの電話に、平成27年11月17日付で「税額控除に係る証明書」が発行されました。これに伴い平成27年11月17日以降の当法人へのご寄付は、現行の「所得税控除制度」に加えて「税額控除制度」との選択適用が可能となりました。

また収支決算書等は当法人のホームページ、機関誌、事業報告等で情報公開に努めて参ります。

今後とも、社会福祉法人いのちの電話にご理解とご支援を賜りますよう、こころよりお願い申し上げます。

☎ご寄付振込先

〈郵便振替〉

00140-3-162972

社会福祉法人 いのちの電話

〈銀行振込〉

三菱UFJ銀行 神保町支店

普通口座 1084827

フク)イノチノデンワ

東京いのちの電話 後援会

1972年11月に発足した「いのちの電話後援会」は『いのちの電話』の事業遂行に必要な財政的支援を行うと共に、支援者・支援団体の開拓を行い、チャリティー事業の実施を通して、その発展に寄与することを目的としています。

いのちの電話のもう一つのチャリティー事業『チャリティーバザー』を東京ルーテルセンターにおいて11月3日(土)に行いました。個人、協力企業の皆様などからご寄付、献品をお願いしたところ沢山の品々が集まりました。ありがとうございました。

当日は天候にも恵まれ、地域の方、いのちの電話関係の方、相談員、OB・OGの皆さんなど大勢の方々が来られ、買い物を楽しんだり談笑したりする姿があちらこちらで見受けられました。また、どの売り場も盛況で、バザー当日は昨年を超える売上げとなりました。皆様のご支援ご協力を感謝申し上げます。

また、来年2月には映画会を予定しています。多くの候補作品の中から大勢の方に喜んで見ていただける作品を選びました。



作品名：「はじめてのおもてなし」

：ドイツ映画、ドイツアカデミー賞・観客賞受賞

日 時：2月9日(土)昼の部 10:30～午後の部 14:00～

場 所：東京ウィメンズプラザホール (JR渋谷駅徒歩12分、地下鉄表参道駅徒歩7分)

是非、多くの方たちに来ていただきたいと願っています。

これからも『いのちの電話』の活動がさらに充実したものになりますよう、後援会へのご理解とご支援をどうぞよろしくお願いいたします。



☆ご寄付ありがとうございました。

曙フーズ株式会社
味の素AGF株式会社
株式会社エイワ
重光真奈美様
ジャパンロイヤルゼリー株式会社
ソロブチミスト東京一広尾
玉の肌石鹸株式会社
ミヨシ石鹸株式会社
ローズ産業株式会社
ピカボサークル
OB.OGの皆様他

いのちの電話

ひとりで悩まないで、
こころの苦しみを、お話しください。

24時間

[電話相談]

03-3264-4343

(24時間受付)



自殺予防

[毎月10日は、フリーダイヤル]

0120-783-556

毎月10日8時から翌朝8時まで(24時間・無料です)

[インターネット相談]

<https://www.inochinodenwa-net.jp/>

東京いのちの電話 検索

[東京いのちの電話ホームページ]

<http://www.indt.jp/>

相談員募集

こころとこころをつなぐ
「聴く」を一緒に活動しましょう。

困難や危機にあって、誰ひとり相談する人もなく、自殺などさまざまな精神危機に追い込まれる人たちが、再び生きる喜びを見つけ出すことを願いつつ、よき隣人として活動しています。

いのちの電話の相談員になっていただくには、養成研修受講者応募の手続きを経て、一定期間の研修を修了して認定を受けることが必要です。

活動趣旨に賛同し、電話相談活動に参加出来る無償ボランティアを募集しています。

募集資格：22歳から65歳 募集人数：40名

募集期間：2018年12月～2019年11月

お問い合わせ：☎03-3263-5794(13:00～17:00)

※詳しくはホームページをご覧ください。

