

## 認定 NPO 国際ビフレンダーズ 東京自殺防止センター 相談ボランティア募集

### 【活動の概要】

自殺防止センターは、1978 年に大阪で活動を開始した民間のボランティア団体です。人生に悩み苦しむ人々の叫びに耳を傾け、援助するため、年中無休で電話、手紙による相談を受けており、訓練を受けたボランティアがその任に当たっています。特定の宗教、思想とは関係ありません。

東京では、1998 年 7 月から活動を開始しました。法人格は認定特定非営利活動法人（認定 NPO）です。

現在、毎日夜 20 時から翌朝 5 時 30 分までの 9 時間 30 分（火曜日 17 時から翌 2 時 30 分・木曜日 20 時から翌朝 2 時 30 分）を 4 本の電話で対応しています。

尚、現在はコロナウィルス感染症対策のため毎夜 20 時から翌 2 時 30 分までの 6 時間 30 分（月曜日 22 時 30 分から翌 2 時 30 分、火曜日 17 時から翌 2 時 30 分）で電話対応しています。

### 【参加条件】

原則として、年齢が満 20 歳以上の男女で心身共に健康な人。自分を受容し、精神的に安定していること。

人を援助する一番大きなことは「聴く」ことです。聴くことで、相手の一番つらい気持ちに寄り添うことが出来る人は、援助できる人です。ただし、感受性を磨き、聴く訓練が必要となります。そのために、国際ビフレンダーズで定められた訓練を設けています。

また、申し込み時点で秘密厳守の誓約をしていただきます（辞めた後も有効）。

相談ボランティア養成基礎研修を受けるには、ボランティア養成基礎研修説明会動画をご視聴いただき「参加の動機」（書式有り）・ボランティア訓練申込書を記入・持参の上、面談をうけていただく必要があります。

### 【参加の動機について】

「私は何故自殺防止センターのボランティアとして参加したいか」と題し、所定の用紙（この概要の巻末）に記入の上 面談時にご持参いただくか、事前に web フォームから 400～1200 文字程度記入しお送りください。

### 【訓練方法】

国際ビフレンダーズが定める研修内容に従って、体験学習を中心に進めます。第一段階では、グループによる体験学習を、12 週にわたり学びます。集合研修のほか、一部オンライン（zoom ミーティング）での研修があります。

第一段階 12 回に終了面談を行い、実習を受けていただくかどうかを決定します。

第二段階では実習と個人指導に移ります。

### 【養成基礎研修日程】

第 61 期 2022 年 11 月 2 日～1 月 25 日 毎週水曜日 19 時～21 時半

\*新型コロナウイルス感染状況に応じて、予告なく開催日程、会場等の変更をする場合があります。

### 【活動】

- ・ 認定後は、月に 3 回、電話相談の担当に入ること。
- ・ 深夜の時間帯になるため、家族の了解が必要となります。
- ・ 国際ビフレンダーズの原則に従い、活動や研修に参加すること。

- ・ センターとして、ボランティア保険に加入しますが、交通費、手当などは一切ありません。

### 【相談ボランティアの活動】

認定後は月に3回電話相談の担当をします。

- ・ 認定者は20時～翌朝5時30分 9時間30分を分担し担当  
尚、現在はコロナウィルス感染症対策のため毎夜20時から翌2時30分までの  
6時間30分を分担担当
- ・ 1回の担当時間は3時間30分
- ・ 月に3回、すべての時間帯を担当する。

### 【費用】

受講料：3万円

但し、研修の途中で辞められた場合でも、受講料の一部または全額を返金しません。

### 【感染予防】

- ・ 不織布マスクの着用・手指消毒・体温測定をお願いいたします。

### 【問合せ・申込書送付先】

〒169-0072 新宿区大久保3-10-1 東京自殺防止センター

TEL：03-3207-5040

FAX：03-3207-5098

## 第60期 ボランティア養成基礎研修

**追加募集中**

**研修日程** 2022年11月2日～2023年1月25日（毎週水曜日 19:00～21:30）

\*新型コロナウイルス感染状況に応じて、予告なく開催日程、会場等の変更をする場合があります。

**養成基礎研修オンライン説明会**：お申し込み後、視聴URLをメールいたします。

**面談日** 日時 2022年10月19日（水）、10月21日（金）いずれも19時～21時

**研修参加希望の方は対面の面談を行います（必須）。**

10/18 迄に上記日程のいずれかに申込みいただきご参加ください。

**会場** 東京自殺防止センター

◆養成基礎研修に参加希望者は、ボランティア訓練申込書（写真添付）・

「参加の動機・私は何故自殺防止センターのボランティアとして参加したいか」を記入の上、面談時  
ご持参頂くか、事前にwebフォーム（説明会申し込みフォームを兼ねています）からお送りください。

養成基礎研修に参加希望の方は、オンライン説明会を必ずご視聴ください。

尚、ネット（フォーム）申請や用紙のダウンロードができない方は事務局までご連絡ください。

郵送等で用紙をお送りいたします。

※養成基礎研修参加希望者に面談日にご出席できない方はあらかじめご連絡下さい。

## 第 61 期 ボランティア養成基礎研修内容

第 1 段階 基礎研修 11 月 2 日～1 月 25 日 毎週水曜日 全 11 回

\* 対面による集合研修と一部オンライン(zoom ミーティング)研修

Zoom ミーティング：必要なものは以下の通りです。

- Zoom に対応しているデバイス (パソコン推奨, スマートフォン不可)
- インターネットに接続でき一人で参加できる環境
- 必要に応じてマイク・Web カメラなどの外部機器

第 1 回～11 回 基礎研修 (グループ研修)

第 11 回 基礎研修終了面談

**研修内容** 国際ビフレンダーズ憲章に基づき、自殺防止センターの傾聴  
「ビフレンディング」を体験学習 中心に学びます。

おもな研修内容

- ・ 自殺防止センターで大切にすること
- ・ 積極的傾聴とは
- ・ 自殺に至る感情への探求
- ・ 死にたい気持ちに寄り添う

感染対策：手指の消毒・検温・マスク着用

第 2 段階 2023 年 1 月下旬～2023 年 6 月 (研修期間の目安半年) 個別研修

基礎研修終了面談の上、実習に入る

個別指導の研修を 10 回以上受ける

集合研修 2 回 受ける

第 3 段階 認定 登録

所定の研修終了時、面談の上、ディレクターが認定し「相談ボランティア」として任命し正式に登録。相談活動に月 3 回担当する。

# ボランティア訓練申込書

私は、自殺防止センターの活動に参加したいので申し込みます。  
センターの相談業務に携わるに際して秘密保持を約束いたします。

申込日 年 月 日

(ふりがな)

氏名： \_\_\_\_\_

生年月日： 年 月 日

住所： 〒

自宅最寄り駅：

自宅電話：

携帯電話：

メールアドレス：

職業：

家族構成：

特技(趣味)：

(写真を貼って下さい)

サイズは問いません

備考

(別紙「参加の動機：私は、何故自殺防止センターのボランティアとして参加したいか」と併せて提出して下さい)

参加の動機：

「私は、何故自殺防止センターのボランティアとして参加したいか」

記入日：           年       月       日

氏 名： \_\_\_\_\_

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

(※この用紙は「ボランティア訓練申込書」と併せて提出して下さい。)