



社会福祉法人福島いのちの電話
第1回ボランティアセミナー

『いのちの電話の活動に参加しませんか!』

～ボランティア活動の紹介と 自分でできるメンタルヘルスチェック～

**入場
無料**

どなたでも
参加できます

簡単な心理テストやいのちの電話の
活動を紹介します!

私たちは、日常生活の中で「ストレス」と
いう言葉をよく口にしたり耳にしたりして
いますが、ストレスって何なのでしょう?
ストレスは、私たちの心身にどんな影響を
与えるのでしょうか?

自分とストレスの関係やその対処法に
ついて一緒に考えてみませんか。

福島会場

郡山会場

日時

平成31年**1月27日**(日)
午後1時30分～3時30分

場所

福島市「桜の聖母生涯学習センター」

日時

平成31年**2月23日**(土)
午後1時30分～3時30分

場所

郡山市「郡山市総合福祉センター」

プログラム

- ① 福島いのちの電話の活動紹介 (DVD 上映、相談員の声など)
- ② メンタルヘルスチェック (参加者全員で行います。)
- ③ 電話相談員第21期生 (平成31年度研修開始) 募集のご案内
申し込み方法は裏面をご覧ください

いのちの電話の**電話相談員が不足**しています。
皆さんの参加をお待ちしております!



社会福祉法人福島いのちの電話

後援

福島県、福島市、福島市教育委員会、郡山市、郡山市教育委員会、福島民報社、福島民友新聞社、朝日新聞福島総局、
読売新聞東京本社福島支局、毎日新聞福島支局、福島テレビ、福島中央テレビ、福島放送、テレビユー福島

