



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

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」

### 郡山会場

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!**



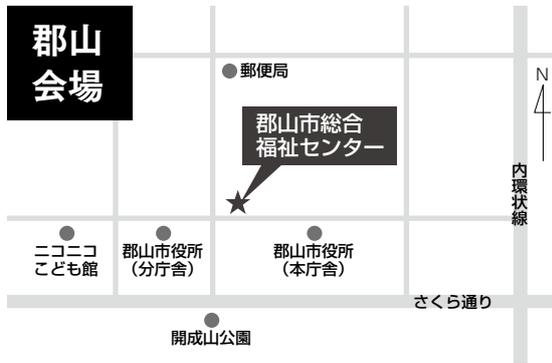
## 社会福祉法人福島いのちの電話

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



**福島会場**  
 福島市「桜の聖母生涯学習センター」  
 〒960-8585 福島市花園町 3-6  
 TEL 024-535-5231



**郡山会場**  
 郡山市「郡山市総合福祉センター」  
 〒963-8024 郡山市朝日 1-29-9  
 TEL 024-924-2950

総合福祉センターを御利用される皆様へ  
 郡山市総合福祉センターの駐車場には限りがございます。  
 施設利用の際は、なるべく公共交通機関を御利用ください。

## 申し込み方法

申込書に記載のうえ、社会福祉法人福島いのちの電話に  
 電話、FAX、メール、郵便のいずれかの方法でお申し込みください。

締め切り：福島会場 平成31年1月25日（金）必着  
 郡山会場 平成31年2月21日（木）必着

## 申込書

氏名	ふりがな	ご希望の会場を○で囲んでください
		①福島会場 ②郡山会場
住所		
電話番号		
E-MAILE		

## 社会福祉法人 福島いのちの電話

社会福祉法人福島いのちの電話事務局  
 〒060-8691 福島中央郵便局私書箱 15号

Tel : 024-536-0032 Fax : 024-536-2840  
 mail : kouza\_fukushima\_inochi@yahoo.co.jp