

《令和8年9月11日更新》

【M-021】第69期 電話ボランティア募集！

自殺を考えるほど絶望し、孤独を感じる人が、誰にも話せない苦しい気持ちを安心して話せるように、「心に寄り添う＝聴く」活動に参加してみませんか？

**M
021****■募集者**

特定非営利活動法人 国際ビフレンダーズ 東京自殺防止センター

■ボランティア活動の内容

東京自殺防止センターの活動の大きな柱である電話相談を担当していただきます。

自殺防止センターは、いつでもどこでも、自殺を考えている人々、苦悩状態にある人々に感情面での支えを提供することを目的とした、ボランティア団体です。

■活動日時

現在、年中無休で20:00～深夜2:30の6時間30分

（毎週月曜日は22:30～深夜2:30の4時間、毎週火曜日は17:00～深夜2:30の9時間30分）

を、所定の研修を受け認定されたボランティアが交代で担当しています。

■活動場所

〒169-0072 東京都新宿区大久保3-10-1

特定非営利活動法人 国際ビフレンダーズ 東京自殺防止センター

■募集条件**【参加条件】**

- ・原則として20歳以上の男女で、心身共に健康な方
- ・自分を受容し、精神的に安定している方
- ・秘密を厳守できる方（申し込み時点で誓約をしていただきます。辞めた後も有効となります）
- ・国際ビフレンダーズが定める認定研修（12週間）および所定の実習訓練に参加出来る方

【活動条件】

- ・ビフレンダーとして認定後、月3回の担当に入れること（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、研修に随時参加すること

※ボランティア保険に加入しますが、交通費・手当は一切ありません。

※NPO法人の正会員となりますので、年会費が1000円かかります。

■現在のメンバー構成

-

■学生の参加

学生の参加可。

■その他

特にありません。

■募集者からのメッセージ

研修： 国際ビフレンダーズが定める内容に従い、体験学習を中心に進めます。

前半の研修はグループで行い、期間は12週間。前半終了後に面談を行い、判断した上で電話実習と個人指導に移り、認定となります。

研修費：3万円（一旦納入された研修費は、理由の如何によらずお返しできませんので、ご注意ください。）

▶ [詳細はホームページ](#)にてご確認ください。

■応募・問合せ先

特定非営利活動法人 国際ビフレンダーズ 東京自殺防止センター

TEL.03-3207-5040（10:00～17:00/月～金, 12/30～1/3, 8/13～15を除きます）

<https://www.befrienders-jpn.org/about/info>