

こころとこころをつなぐ「聴く」
を一緒に始めませんか？

2026年度いのちの電話（東京）

電話相談員

募集



あなたも、ぜひ、聴き手になってください

いのちの電話（東京）はボランティアによる電話相談活動です

孤独、不安な気持ちを抱えている方々からの電話を年間約20,000件受けています

いのちの電話（東京）は、1971年以来、365日24時間休みなく活動しています

相談員は養成講座（約1年）を受講したのち認定されます

募集期間：2026年2月1日～4月30日

詳しくは事務局までお問い合わせください

ホームページ [いのちの電話](https://indt.jp) からダウンロードできます

HP：<https://indt.jp>

問い合わせ先 社会福祉法人いのちの電話（東京）事務局 月～金 13:00～17:00
TEL：03-3263-5794





2026 年度 相談員募集のご案内



社会福祉法人 いのちの電話 (東京)



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後の選考を経て、約 1 年の養成研修を修了し認定を受けることが必要です。

いのちの電話の活動趣旨に賛同し、無償ボランティア相談員として、電話相談を始め積極的に活動に参加する意欲を持つ方のご応募をお待ちしています。

認定後は月 2 回の電話担当（年数回の深夜担当を含む）と、併せて月 1 回の継続研修が必須となります。

相談員になった人の感想

- 研修を継続する中で、さらに相談員達の絆が深まり、自身も心強く支えられ感謝している。
- 研修のグループ学習は、今までにない貴重な体験だった。
- 自分自身を振り返る機会が与えられて、知らない自分に出会えた。
- 心を込めて対応すれば、命を救うことはできるのだと痛感した瞬間があった。
- ボランティアにはいろいろな人がいていい、若くても歳取っても、聴く耳と心があったら。

2026 年度研修の予定

受講料：35,000 円

合宿参加費 40,000 円程度は別途

研修期間：2026 年 10 月～2027 年 10 月

毎週土曜日（前半）13:00～15:30

（後半）16:00～18:30

※前半・後半は変更になる場合があります

研修内容 ●実習 グループ学習、スーパービジョン、宿泊研修、担当実習など

●講義（予定）「電話相談論」「死生観」「電話の聴き方、終え方」「危機介入への対応」「心の病といのちの電話」など

<応募手続き>

応募資格：22 歳～65 歳（2026 年 4 月 1 日現在） 電話相談を担当できる心身の健康を有する方

応募期間：2026 年 2 月 1 日～4 月 30 日（必着）

募集人数：約 40 名

提出書類：①申込書

②自己形成史 履歴書ではなく、これまでの人格形成に影響を与えた人・出来事にふれつつ自分自身の歴史を書いてください。3,000 字以上～4,000 字以内（名前明記のこと）

③志望動機・・・800 字程度（名前明記のこと）

上記書類①～③を同封してお送りください。

送り先：〒102-0071 飯田橋郵便局留め

「2026 年度 社会福祉法人いのちの電話 電話相談員養成研修応募」事務局宛

*いただいた個人情報、2026 年度 60 期受講生の選考および事務手続きに使用し、それ以外の目的には使用しません。

*いのちの電話の他センターで既に認定及び活動されている方は、東京の養成研修は受講できません。

<選考>

・第一次選考・・・書類審査

・第二次選考・・・面接及び適性検査（面接の日時・場所は該当者に通知します）

2026 年 6 月 13 日（土）または 14 日（日）予定

*審査結果についてのお問合せには応じかねます。