

# 一人ひとりが新たな気持ちで

受け手第5期  
認定

二〇一三年一月十六日、千葉県習志野市の茜浜ホールにて、NPOぬくもりほっとらいん相談電話「受け手」の研修を終えた新規メンバーに対する認定式が行われ、増加しつつある悩みごとの訴えに「一丸」となって取り組むことを改めて誓う一日となった。

ぬくもりほっとらいんの電話相談活動は9年目に入った。深刻な悩み事を聴く「受け手」メンバーの補充、研鑽は当会のもっとも重要な課題である。そのため2年に一度、傾聴入門講座（計10回）と受け手養成講座（計10回）のふたつの講座の実施と、適性チェック（見きわめ）に基づく「受け手」の認定をおこなっている。

今回は第5期生。現役メンバーから緊張のなかにもあたたかみのある激励を受けて電話相談の前線に加わることとなった。

認定式では理事長の挨拶につづいて5期生を代表してMさんが発言。「私は口下手で話が下手でした。人にじっくり聴いてもらったという経験がありません。でもカウセンセリングを学ぶ中で自己表現ができるようになったのです。私のような人がたくさんいるはず。こんな人の話を聴いてあげることが、私の目標です」と決意を述べた。



誓いの言葉を読みあげる5期生

## ぬくもりほっとらいん受け手メンバー

先輩からは、「このグループは先輩、後輩の区別もなく民主的で和気あいあいとした雰囲気

で

ひとりで悩まないで!

043-214-8398

傾聴電話ぬくもりほっとらいん

開設日

月・火・木・金

10:00~16:00



よく聴くために

傾聴入門講座

自分を知って聴く力UP!

五月 八日・二十五日・二十九日

六月 十五日・二十六日

七月 十日・二十四日・三十一日

八月 七日・二十八日

開催日は全水曜日です

場所…千葉市民会館 千葉駅徒歩7分

時間…十時~十二時半

受講料…二万円(千回通し)

認知行動療法って?

ぬくもり講座

見方を変えると世界が変わる

第1回 (六月十五日)

▼認知行動療法の基礎を学ぶ

第2回 (七月十三日)

▼やる気が先か行動が先か?

第3回 (九月二十一日)

▼自分の気持ちや考えをうまく伝える

第4回 (十月十九日)

▼岩も砕け持ち上がる?!

開催日は全て土曜日です

場所…茜浜ホール(新習志野駅徒歩3分)

時間…十時半~十二時

受講料…六〇〇〇円(四回通し)

正会員は五〇〇〇円

今後の講座のご案内

NPOぬくもりほっとらいんでは、一般の方向けに各講座を開催しています。どなたでも参加できますのでお気軽にご参加ください。いずれも問合せは事務局・吉野まで(電話〇九〇・四三六六・四八八〇)