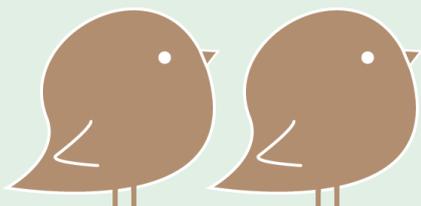


Sotto ボランティア相談員 養成講座 2025

10月
スタート

受講生募集中!



日々、悩みが尽きることはありません。

どうしようもなく、誰にもわかってもらえない状況が続くと
死にたいくらいの辛さを抱えることさえあります。

どうしようもなく心が張り裂けそうなとき、その気持ちをあたたかく受けとめてくれる存在は

何にも代えがたい「心の居場所」となります。

Sotto では、死にたいほどの気持ちを抱えているとき

まず必要なのは、そうした居場所なのだと考えています。

養成講座では

- ・どうすれば相手の気持ちを本当に受け取ることができるのか
 - ・「自分が居ていい」と感じられるとは、どんな感覚なのか
- ロールプレイなどの体験学習を通して、感覚的に学んでいきます。

申込期間

8月1日(金)～9月30日(火)

まずは説明会・体験会から

- ・無料オンライン説明会：8月4日(月)※アーカイブ有り
- ・ロールプレイ体験「聴き方のお稽古」
8月31日(日)／9月17日(水)



詳しくは HP にて

Sotto ボランティア相談員養成講座募集要項

- 対象 | 18歳以上（経験不問）
講座修了後、継続的に相談員として関わっていただける方
- 受講料 | 20,000円
講座終了後、ボランティア相談員に参加して頂ける方向けの講座のため通常の講座より安価で受講いただけます
- 定員 | 20名（先着順）
- 募集期間 | 2025年8月1日（金）～9月30日（火）
申し込みフォームにご入力後、振込先をメールでお送りします
お振込み完了時点で正式なお申込みとなります
- 募集方法 | WEB サイトにアクセスし、申し込みフォームに入力

お申込みの流れ



お申し込みフォーム
に入力



お申し込みフォーム
はこちら



振込先メール
の確認



入金



申込み完了



活動の連絡等は主にメールでおこないます。また、講座内容の一部は zoom を用いてオンラインでもおこないますので、パソコンやネット環境をお持ちでない方は受講をお断りする可能性があります。

講座で学ぶ内容

相手の立場で発想するという事、話を聞いて気持ちを受け取るということ、そして支えになる、ということがどういうことを指すのか、体験学習を通じて実践的に学びます。

- ① 自殺の現状と課題
- ② 死にたい気持ちとは
- ③ 死にたい気持ちに向き合う
- ④ 自殺の決意をした方に向き合う
- ⑤ 相手の気持ちを受け取る
- ⑥ 気持ちを言葉で表現する

講座から相談員認定までの流れ



前期研修
(10～11月)



面談①



後期研修
(12～3月)



面談②



相談員認定

ボランティア相談員の認定について



電話相談ボランティア

面談1のあと2026年3月までの期間、電話相談実習(月3回)とグループ研修(月1回)に進みます。その後、面談2をおこない、相談員として認定します。



メール相談ボランティア

面談1のあと2026年3月までの期間、メール相談実習(月4回)とグループ研修(月1回)に進みます。その後、面談2をおこない、相談員として認定します。



グリーンサポートおよび居場所づくり等対面でのボランティア

面談1のあと2026年3月までの期間、希望する対人支援実習(おでんの会、ごろごろシネマ、Sottoの縁がわ、そっとたいむ)、グループ研修(合同委員会と各会の当日ふりかえり)、ロールプレイ研修(月1回以上)に進みます。その後、面談2をおこない、相談員として認定します。



広報・発信ボランティア

シンポジウムスタッフや街頭ボランティアなどプロジェクトごとに集まって活動します。

講座日程



①(月)(木)は18:30から21:00、②(土)(日)(祝)は10:00から17:00

なるべく全日程欠席のないようスケジュール調整のうえお申し込みください。
その他、補講日、交流会も予定しています。

前期日程

10/4 ①(土) 長慶院 10:00-17:00	10/5 ②(日) 間法会館 10:00-17:00	10/13 ①(月)(祝) オンライン 18:30-21:00	10/18 ②(土) 長慶院 10:00-17:00
10/20 ①(月) オンライン 18:30-21:00	10/27 ①(月) オンライン 18:30-21:00	11/3 ①(月)(祝) 長慶院 10:00-17:00	11/10 ①(月) オンライン 18:30-21:00
11/16 ②(日) 一念寺 10:00-17:00	11/24 ①(月)(祝) オンライン 18:30-21:00	11/30 ②(日) 長慶院 10:00-17:00	面談1・修了式

〈会場所在地〉



長慶院

〒616-8036
京都府京都市右京区花園寺ノ中町8-1

駐車場有



間法会館

〒600-8357
京都府京都市下京区堀川通花屋町
上る柿本町600番地1

駐車場有



一念寺

〒600-8344
京都府京都市下京区東中筋通花屋町下る柳町324

後期オリエンテーション

12/1 ①
19:00-21:00

居場所・メール説明
相談会



12/8 ②
18:30-21:00

電話相談 説明会



Sotto 事務局

後期研修 (12月～3月) ※後期日程は面談1のあとに一定の基準を満たした方が進めます

後期オリエンテーション [12/1 ①(居場所・メール説明会)、12/8 ②(電話説明会)] 以降、実際の相談活動を通じて講座前期での学びを実践できるよう取り組んでいただきます。相談員として活動に参加することになりますので、打ち合わせや、活動のふりかえり(事例検討やロールプレイ研修等)がそのまま研修内容となります。活動日は各相談活動のスケジュールに従います。おおまかな日程はホームページ等ご覧ください。

講座の雰囲気を知りたい方へ

オンライン

ボランティア相談員説明会

開催日：8/4 ①

時間：20:00～21:00

参加費：無料

※録画視聴も可能です



オンライン

個別相談会

開催日：随時日程調整

時間：20分～30分

参加費：無料



現地

聴き方のお稽古

開催日：8/31 ①

時間：10:00～17:30

会場：長慶院：〒616-8036
京都府京都市右京区花園寺ノ中町 8-1
駐車場有

参加費：15,000 円



オンライン / 各回同内容

聴き方のお稽古

開催日：9/17 ② 12/17 ②

時間：19:30～21:30

参加費：3,000 円



わからないことは、何でもお気軽に事務局までおたずねください。



受講者の声 (一部ご紹介)

参加する度に自分に不足していることや他の人の意見やロープレのやりとりを見て得られるものがあり、新しい気づきや発見があり、充実した半年を過ごせました。



講座の中で流れる空気はとても温かく、その中で、これからの自分の基盤になるような大切なことを学べました。心が大きく動く講座です。

お問い合わせ

認定特定非営利活動法人 京都自死・自殺相談センター Sotto 事務局



075-365-1600



so-dan@kyoto-jsc.jp