

## 📖 はじめてみよう！ 傾聴ボランティア

# あなたの思いを話してみませんか だれかの思いを聴いてみませんか

人は誰でも元気な時でさえも、心から聴いて欲しい「誰かに話したい」との思いがあります。長期化するコロナ禍、日々その胸に生まれる不安・孤独・いらだち・悲しみなどの思いを抱えたままにいませんか。その思いや心のうちを話すと人は心が落ち着き、今を受け入れ、力が湧いてくることがあります。

自身の心の落ち着きを取り戻し、誰かの心の支えになる「傾聴」を始めてみませんか。

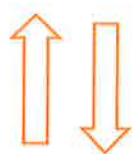
### 話し手

思いを話すことで、状況や気持ちが整理できるようになります。自分を見つめ、気づきが生まれることで、新たな生きる意欲や希望が湧いてきます。

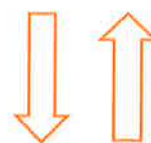


### 傾聴者(聴き手)

話を丁寧に聴くことで、言葉の裏に有る気持ちの大切さに気付くようになります。自分と人との関わり方を見つめなおすきっかけにもなります。



### 傾聴することで



### 共に生きる社会に貢献

家庭・友人。職場・地域・身近な人間関係の中で、コミュニケーションがとりやすくなり、幅広い人間関係が生まれます。一人が優しくなることで、そこから優しさの連鎖が生まれます。

一緒に傾聴ボランティア活動を楽しみましょう！ 随時見学可

令和4年度年度傾聴ボランティア養成講座を開催します

日 時：令和4年10月15、22、29

11月5、19、26(土) 全6回

9:15~15:00 (午前：座学 午後：演習)

場 所：四日市市総合会館 受講料：6000円(資料代含)

準備物：「傾聴力」大津秀一 大和書房 1500円+税

申込問合せ：「よんげいちょう四傾聴」代表かなや金谷 TEL 080-3642-4349

※切：令和4年9月30日 mail 4keicho@gmail.com

