

申し込み不要
入場無料
(先着150名)心といのちを守るシンポジウム
ひろしま2025

生き辛さを抱える中高年を支える

50歳代の自死が増加する中で、電話の向こうから聞こえてくる声も50歳代が圧倒的に多い。就職氷河期から続く雇用不安に依る生活苦、80歳代の母親から「息子と一緒に死ぬしかない」という叫びにみる「8050問題」、中高年の引きこもり、生きてはいるが人生最後の発達危機ともいわれる中年期クライシスを乗り切るだけの希望がないという声など。こうした声に対して私たちに何ができるのか。と一緒に考えていきたいと思えます。

日時

2025(令和7)年 9月13日(土)
13時30分(開場13時)

要約筆記

手話通訳付き

会場

広島市総合福祉センター5階ホール(広島市南区松原町5-1)

講演

テーマ 「生きづらさを抱え“心ここにあらず”に苦しむ状況から
抜け出すには一」～マインドフルネスを中心に～

講師 福山大学 人間文化学部心理学科

准教授 中野美奈先生

・広島県臨床心理士会副会長

・広島県臨床心理士会「ひきこもり・自殺問題対策委員会」理事

専門分野: 認知行動療法、マインドフルネス、セルフ・コンパッションの実践と研究

経歴: 東京大学大学院教育学研究科臨床心理学コース修了(博士(教育学))

資格: 臨床心理士、公認心理師、シニア産業カウンセラー



シンポジウム

テーマ 「なぜ、今、50歳代を中心とした中年期の自死が多いのか」
～その背景にある要因を考える～

コメンテーター 中野美奈氏(福山大学人間文化学部心理学科准教授)

シンポジスト 秋田智佳子氏(NPO法人反貧困ネットワーク広島理事長・弁護士)

齋藤圭子氏(広島引きこもり相談支援センター 西部センター 業務責任者)

コーディネーター 樋口啓子氏(広島いのちの電話理事)

問い合わせ先 広島いのちの電話事務局

〒730-0013 広島市中区八丁堀7-11広島YMCA内 TEL(082)221-3113 FAX(082)221-6778

✉ hll.kouza@hi3.enjoy.ne.jp

主催: 広島市、広島市教育委員会、広島いのちの電話



広島県委託事業

広島県自殺予防いのちの電話

しんどいとき つらいとき かけてみませんか。

あなたのそばに誰かいます。



フリーダイヤル 毎月20日 午前8時～午後8時

0120-375-568



いのちの電話相談員募集

今日でも様々な悩みやこころの危機に直面しながら、身近に相談相手がないなかで孤立や不安に苦しんでおられる方々は沢山おられます。そのような方々に広島いのちの電話では、研修を受けた相談員が傾聴を通して寄り添い、困難を乗り越えられるようこころの支えになろうとする活動に取り組んでいます。

2026年1月から第31期電話相談員養成講座の募集を行いますので、電話相談活動に関心のある方は事務局にお問い合わせください。

広島いのちの電話維持会員の募集

広島いのちの電話は社会福祉法人格を有していますが、活動の主要財源は市民や県民の皆さまから寄せられた維持会費や寄付金等からなっています。安定的に活動が推進できるよう、個人や法人の皆さまに維持会員としてご加入いただき、活動を支援していただいております。詳しくは、事務局にお問い合わせください。

会員の皆さまには、広報誌「生きる」を年3回郵送させていただきます。

◆社会福祉法人広島いのちの電話への寄付金は、個人・法人ともに税法上の優遇措置を受けられます。

郵便口座 01300-9-14957

銀行口座 広島銀行 八丁堀支店 (普) 0177712

もみじ銀行 広島中央支店 (普) 1522242

口座名義 社会福祉法人広島いのちの電話

個人会費 年間1口 2,000円

法人会員 年間1口 10,000円

(何口でも可能です)

銀行振り込み場合は、領収書をお送りしますので
事務局までお申し出ください

☒ hll.kouza@hi3.enjoy.ne.jp

ひとりで悩まずお電話下さい 📞 広島いのちの電話相談

24時間受付 ☎ 082-221-4343

全国自殺予防いのちの電話 (フリーダイヤル) 毎月10日 午前8時～翌午前8時
毎日フリーダイヤル 毎日 午後4時～午後9時

☎ 0120-783-556

広島県 自殺予防いのちの電話 (フリーダイヤル)

毎月20日 午前8時～午後8時 ☎ 0120-375-568