

令和7年度 心のサポーター養成研修

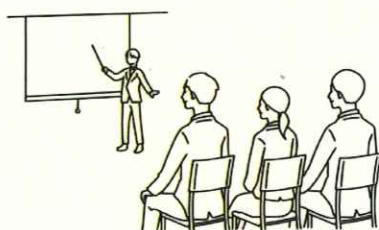
心のサポーターは、身近な人のこころの不調に気づき、声をかけ、耳を傾け、適切な相談先へつなぐお手伝いをする人です。

こころは見えない。だから、聴く。

こころの病気を知る



サポート方法を学ぶ



自分のストレスへの
気づきと対処法



- ・メンタルヘルスや精神疾患への理解を深めるためのものであり、特別な活動や役割を担うものではありません。
- ・グループワークを含む参加型の研修です。

日 時

11月7日（金） 14：00～16：00

場 所

- ① 雲南合同庁舎 501・502会議室【拠点会場】
- ② 飯南町保健福祉センター 健康相談室
- ③ 奥出雲町役場仁多庁舎 4階大会議室

対象者

雲南市・飯南町・奥出雲町に
在住、在勤、在学の方ならどなたでも

費 用

無料

申込先

しまね電子申請サービス



申込締切

10月24日（金）

問い合わせ先：雲南保健所 健康増進課

☎ 0854-42-9642