

# ゲートキーパー養成講座

自分自身や身近な人の心の健康と関わり方を学ぶゲートキーパー養成講座の受講者を募集します。

この講座では、自分の心の健康の保ち方や悩んでいる人にどう対応すればよいか、ゲートキーパーについて学べます。心の不調は誰にでも起こる可能性があることです。心の健康について学びませんか。

※『ゲートキーパー』とは・・・家族や身近な人の心の変化に気づき、声をかけ、話を聞いて、必要な支援につなげ、見守る人のことです。

## ●講座内容

日 時	令和 8年3月3日(火) 13:30～15:00 (受付:13:00～) ・講演 1時間 ・井原市の現状について説明等 30分
場 所	井原保健センター2階 集会室
対 象 者	井原市在住・在勤の方
講 演	『こころの健康について考えよう ～ゲートキーパーとして知っておきたいこと～』 講師：一般社団法人わたげ 代表理事 精神保健福祉士 外 山 薫 氏

申込締切：令和8年2月20日（金）

3月は自殺対策  
強化月間です



【申込み・問い合わせ】  
井原市役所 健康医療課  
電話：62-8224  
e-mail：[kenkouiryou@city.ibara.lg.jp](mailto:kenkouiryou@city.ibara.lg.jp)

電子申請は  
こちらです

