令和7年度

こころの健康講座

～気づきと絆で支えるいのち～

第1回

9月8日(月) 14:00～15:30 (開場 13:30)

『飲酒とこころの健康』

こころの病気は見えなため、家族や周囲の方にとっては、なかなか理解しにくいものです。本人は「わかってもらえない」、家族や周囲の方は「わからない」というストレスを抱えることになりがちです。周囲が早く気付くためのサインなどを学び、アルコール依存症の理解と支援について考えましょう。

第2回

9月30日(火) 14:00～15:30 (開場 13:30)

ゲートキーパー研修

『大切ないのちを守るために、私たちができること』

「ゲートキーパー」は、何か特別なことをする人ではありません。「ゲートキーパー」とは、悩んでいる人に気づき、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。身近な人へ“私ができること”について一緒に考えましょう。

◆講師 諏訪 容子さん(三次病院 公認心理師 臨床心理士)

◆会場 庄原市ふれあいセンター コパリホール
(庄原市西本町四丁目5番 26号)

◆お申込み 講座は無料で、どなたでも参加していただけます。
各講座の4日前までに電話でお申込みください。

お申込み・お問い合わせ先

■ 庄原市 生活福祉部 保健医療課 健康推進係 ■
電話 0824-73-1255 FAX 0824-75-0195
Mail:hoken-suishin@city.shobara.lg.jp