誰もがこころの不調を経験する時代。身近な人のそのサインに気づき、こころの応急手当ができる人、それがこころのサポーターです。メンタルヘルスの正しい「知識」と身近な人を支えられる「傾聴」の方法を一緒に学んでみませんか?

# 心のサポーター 養成研修

ンじここサポ

**日時:** 令和 7 年 11 月 5 日(水)

14 時~16 時(受付 13 時 30 分~)

場所: 大津市ふれあいプラザ ホール

(大津市浜大津4-1-1 明日都浜大津4階)

内容: 講義(講師 大塚 雅子 精神保健福祉士)

・こころの病気について・こころの病気からの回復

・こころをサポートする方法 等

グループワーク

受講者には厚生労働省の「心のサポーター」認定証が発行されます



(※過去に認定証が交付された方は今回交付されません)

●定員 80 名(先着順) ●対象 大津市民 ●参加費 無料

申込:電話、FAX、メールでお申込みください。メールの場合は、表題を「心のサポーター養成研修申込」とし、以下の必要事項を記載してください。

① 氏名(ふりがな) ②日中連絡の取れる電話番号 ③年代 ④職業

令和7年10月31日(金)必着 裏面参照

#### くお申込み・問い合わせ>

## 〒520-0047 大津市浜大津4丁目1番1号明日都浜大津1階

#### 大津市保健所 保健予防課 山枡 宛

電話: 077-522-6766 FAX: 077-525-6161 メール: otsu1443@city.otsu.lg.jp

## 令和7年10月31日(金)締め切り

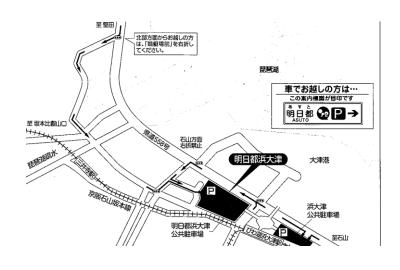
## 心のサポーター養成研修受講申込書

名前・ふりがな	電話番号	年代	職業
(例)大津太郎 おおつたろう	000-□□□-1234	70 代	無職

## ふれあいプラザ ホール 交通アクセス

京阪びわ湖浜大津駅から徒歩2分 JR 大津駅から徒歩15分

JR大津駅から近江鉄道バス・京阪バス・江若交通バス浜大津方面行き浜大津バスターミナル下車徒歩2分



明日都浜大津公共駐車場の駐車券を会場にお持ち下されば、90分までは無料処理できます。(90分を超えた場合は、30分につき150円がかります。)

●大津市浜大津四丁目1番1号 明日都浜大津4階 ふれあいプラザ ホール