

こころのサポーター養成講座

酒田市では、こころの健康づくりをすすめるために、こころのサポーター養成講座を開催します。人は、何げない声かけやあいさつ、誰かに話を聴いてもらうことで、安心し、元気になることがあります。酒田市にも、いろいろな場面で、こころの健康づくりの種を蒔いている人がいます。そうした方々の活動や、専門家からのお話を聞いて、心の健康づくりの輪を広げましょう。

	内容・講師	開催日・時間
1	開講式 講話「酒田市の自殺の現状とゲートキーパーの役割」 講師 庄内保健所長 松田 徹 氏	9 月 24 日(水) 13:30~15:00
2	私の活動から 講話「不登校、引きこもりを考える」 講師 いろんなかたちクラブ 伊藤りつ子氏	10 月 9 日(木) 13:30~15:00
3	私の活動から 講話「思春期相談から高齢者の訪問看護に携わって」 講師 八幡病院 後藤 敬子 氏	10 月 24 日(金) 13:30~15:00
4	ストレスやアルコールとのつきあい方を学ぶ 講話「お酒とストレスとのつきあい方」 講師 山容病院 院長 小林 和人 氏	12 月 1 日(月) 13:00~14:30
5	よりよく生きるために考えてみよう 講話「宗教の教えと終活を考える」 講師 長泉院 住職 石川 茂稔 氏 閉講式	12 月 16 日(火) 13:30~15:00

会場は、酒田市民健康センター(酒田市船場町 2 丁目 1-30)です。
継続した出席をお願いしたいと思いますが、単独の出席も可能です。

対象・定員 :こころの健康づくりに関心のある方 30 名

参加費 :無 料

申込方法 : 9月3日(水)~19日(金)まで電話で申し込んでください。

お申し込み・お問い合わせ先 酒田市健康課 健康係まで

TEL : 24-5733 (受付時間 8時 30分~17時 土日祝を除く)

※申し込みの際にいただいた個人情報は、講座のご案内のみに使用します。