

～こころは見えない。だから、聴く。～

身近な人のこころの不調に気づき、耳を傾け、''てあて''をする人を
心のサポーターと言います。

誰もがこころの不調を経験する時代、いつか役立つメンタルヘルスの
知識や人の悩みを聴くスキルと一緒に学びませんか？

令和7年**11月21日** 金



渋谷区役所14階 大集会室
(渋谷区宇田川町1-1)

第1回



10:00～12:00頃(開場9:30)

第2回



14:00～16:00頃(開場13:30)

1回目と2回目は同じ内容です。
ご希望の回を選択してください。

内容

メンタルヘルスやこころの病気について
こころの病気を持つ方たちのリカバリーについて
身近な人のサポート方法など

講師

精神保健福祉士・社会福祉士 吉澤浩一氏

定員

各回50名(渋谷区民、区内在勤・在学)

料金

無料

申込期間

10/21～11/16(先着順)

申込方法

渋谷区公式LINE

▼LINEでの申し込み



// 受講修了者に心のサポーター認定証をお渡しします。 //

