令和8年度精神保健講演会

カウンセリングを知ろう

～効果と期待できること～

参加無料

事前申込





日時 2027年 **1月26日（火）** **10時～12時**
（受付9：30～）

会場 **渋谷区子育てネウボラ　5階講堂**
住所：渋谷区宇田川5－6

内容 こころの不調や生活上の悩みは、誰にでも起こりうる身近なものです。悩みをひとりで抱え込まないためには、カウンセリングについて知り、必要なときに相談につながることが大切です。
本講演会では、カウンセリングの基本や期待できること、本人や家族・身近な人が相談を考える際のポイント、支援者が理解しておきたい視点についてお話しします。

講師 **中村 聡太郎** 氏　公認心理師・精神保健福祉士

定員 区内在住・在勤・在学の方 **30名**（先着順）

申込 **お電話にて**
2026年**12/4～12/28**
2027年 **1/4 ～1/20**
平日　8:30～17:00

申し込み問合せ先
TEL **03－3463－2439**
渋谷区中央保健相談所
（渋谷区子育てネウボラ4階）

