

□□ 令和7年度 枚方市自殺予防対策事業 □□

ゲートキーパー養成研修

日時

令和8年2月6日(金)

14:00 ~ 15:30(開場 13:30 ~)

場所

ラポールひらかた 3階 研修室1

〒573-1191 枚方市新町2-1-35

講師

野嶋社会保険労務士事務所

特定社会保険労務士 / 精神保健福祉士

宮原 麻衣子 氏



主催

枚方市



【テーマ】

自分を守りながら周囲を支えるメンタルヘルス講座
～「聞く」「支える」「つなぐ」市民力～

1月5日(月)午前 10:00 ~ 受付開始



電話・FAX(氏名・電話番号・講演会名を明記)で
下記までお申し込みください。

左記のQRコードからもお申し込みいただけます!

【お申込先】枚方市社会福祉協議会 生活支援課

TEL: 072-807-3017 FAX: 072-845-1897

先着
50名
無料

ひらかたポイント
の
対象研修です!

ゲートキーパーとは？

悩んでいる人に気づき、声をかけてあげられる人のことです。
特別な資格は必要ありません。
誰でもゲートキーパーになることができます。

人は誰でも落ち込むことがあります。

あなた自身も時には落ち込むこともあるでしょう。



もし、身近な人や大切な人が落ち込んでいたら
とても心配になりますよね。

少しでも元気になってもらうために
何かできることがないか、でも何をしたらよいのか
わからないと悩んだことはありませんか？



そんな時は、勇気を出してまずはやさしく声を
かけてみることからはじめてみてはどうでしょうか。
そんな行動が、ゲートキーパーの第一歩になります！

