

厚生労働省『心のサポーター養成事業』の一環として実施されます

心のサポーター 養成講座



「心のサポーター」とは、身近な人の心の不調に気づき、
耳を傾け、“てあて”ができる人のこと。

いつか役立つメンタルヘルスの基礎や、人の悩みを聴くスキルを学びます。

手をとめて、相手の方へ体を向ける。そんな、ちょっとしたコツを聞きにきませんか？

日時

令和8年 8月19日(水)

14時～16時30分(受付13時30分～)

講座内容

心の病気や、心をサポートする方法についての講座
グループワークを通して身近な人への関わり方を学ぶ



対象

市内在住、市内通勤、通学している方(小学生以上)

場所

姫路市総合福祉会館5階 第1会議室(姫路市安田三丁目1番地)

※駐車場の台数に限りがあります。公共交通機関をご利用ください。
満車の場合は姫路市役所駐車場をご利用ください。



申込方法

定員：先着100名 姫路市ホームページからお申込みください

期間：7月15日(水)午前9時～7月24日(金)午前10時まで

こころの不調で悩む人をサポートするため、さらには偏見のない暮らしやすい社会を作るため、メンタルヘルスの基本知識や聴く技術などを学ぶプログラム研修を受講した人を「心のサポーター」と呼んでいます。子どもから大人まで多くの人に心のサポーターになってもらいたいと考えています。

認定証を受講終了後に発行します



問い合わせ先

姫路市保健所健康課(姫路市坂田町3番地)

TEL: 079-289-1645