

こころのサインに気付き
つなげる



ゲートキーパー 養成研修

日頃、周りの人のこころの不調を感じることはありませんか？そんなときの声かけ、話の聴き方、支援へのつなぎ方を学ぶための講座を行います。自治会や会社、グループ等で希望があればご相談ください。

気づく

傾聴

つなぐ

見守る

●内容

「自殺の現状について」「うつ病やストレスについて」
「ゲートキーパーとは」（目的と必要性）
「一人一人ができること」
その他内容は要相談



申込・問合せ先

長門市保健センター
☎ 23-1133