



いのち
支える

令和8年度第1回地域自殺対策研修

参加費無料
定員50名
(事前予約制)
※先着順

身近な人を支える ゲートキーパーになろう

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。

「変化に気づく」「じっくりと耳を傾ける」「支援先につなげる」「温かく見守る」という4つの役割が期待されています。

「毎日がつらい」「死にたい…」と身近な人から打ち明けられた時、どのように話を聴き、どのような言葉をかければよいでしょうか。

こころの不調を抱えた方への具体的な接し方を、「うつ病」や「自殺予防」に焦点を置き、ロールプレイを通じて学びます。

[日 時] 令和8年9月11日(金) 午後2時～午後4時

[会 場] 板橋区立グリーンホール2階ホール 受付開始

(東京都板橋区栄町36-1)

8月24日(月)AM9:00から

【グリーンホールへの案内図】

講師

森本 美花 先生

(NPO法人ゲートキーパーTONARINO 理事長)

精神保健福祉士・公認心理師)

対象

板橋区在住、在勤、在学の方

申込先

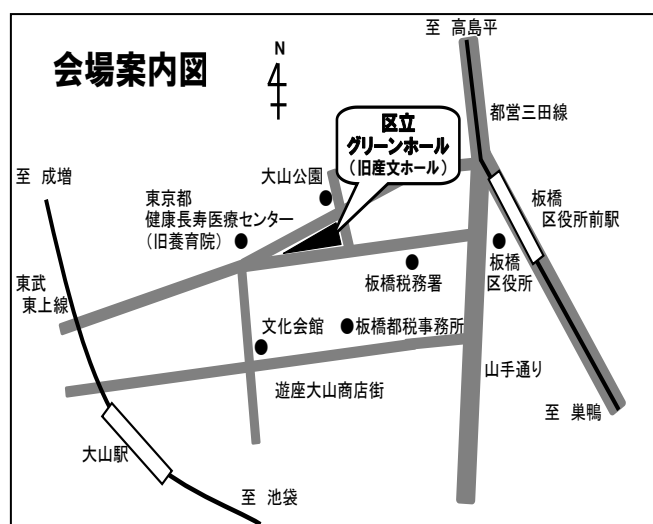
LoGoフォーム

もしくは下記担当まで
お電話にてお申込みください。



申込用
二次元コード

会場案内図



東武東上線「大山」駅 北口から徒歩約5分
都営三田線「板橋区役所前」駅 A3出口から徒歩約5分

問合せ 板橋区健康生きがい部地域保健課
こころといのちの係 03-3579-2329