



令和8年度

ゲートキーパー養成講座

ゲートキーパーとは悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聴き、必要な支援につなげたり見守ったりする人のことです。

まずは、家族や友人など身近な人のこころの声に耳を傾けることからはじめ、見守りの輪・支え合いの輪を一緒に広げていきませんか？ご参加お待ちしております。

◆日時・内容

	日時	内 容
第1回	10月27日（火） 13：30～15：00	ゲートキーパーの基礎知識 ～大切な人を支えるために知っておきたいこと～
第2回	11月2日（月） 13：30～15：30	こころに寄り添う聴き方 ～傾聴とリフレーミングを体験しよう～ ※リフレーミングとは…物事の見方や捉え方を変えることで、新しい見方を得る技法
第3回	11月11日（水） 13：30～15：30	支える側のセルフケア ～自分のこころをいたわるレッスン～

※受付は 13：10 から行います。

※第1回は保健師、第2回・第3回は講師が講話を行います。

※3回全ての参加が難しい方は、ご相談ください。

◆講 師 医療法人恵愛会柳井病院
公認心理師 山本 沙由理 先生



◆対 象 こころの健康づくりに関心のある方

◆場 所 たちばなケアプラザ会議室（周防大島町西安下庄 3920-21）
※お車でお越しの方は周防大島高校グラウンド横の駐車場をご利用ください。

◆申込方法 電話・FAX・WEB いずれかの方法でお申し込みください。

申込締切：令和8年 10月23日（金）

電話番号：0820-73-5504

※FAX の場合は、裏面の FAX 送信票をご利用ください。



WEB でのお申し込み
はこちらから



お問合せ先
健康増進課 健康づくり班
担当：藤村
電話：0820-73-5504



FAX 送信票

0820-73-0090

健康増進課 健康づくり班
担 当 : 藤 村

ゲートキーパー養成講座申込書

氏名 _____ TEL _____

住所 周防大島町大字 _____

【講座の日程】

第1回 10月27日(火)

第2回 11月 2日(月)

第3回 11月11日(水)

備考欄 (3回全ての参加が難しい方は、ご相談ください。)

申込締切 令和8年10月23日(金)