



気分が沈むなあ

参加無料

対象
どなたでも

家族や周りの人の
「元気がない」
「死にたい・・・」
にどう対応するか
—こころの不調に気付いた時の対応法—

「ゲートキーパー」とは
悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聞いて、
必要な支援につなげ、見守る人のことです。専
門家だけができるのではなく、誰でもなることが
できます。
ぜひこの機会に対応方法を学んでみませんか？



2024
1.11 木

15:00~17:00

恵庭市民会館
大会議室



講師

【基礎編】自殺予防とメンタルヘルス
本田記念病院 副院長
精神科医 池本 真美 氏



【実践編】ゲートキーパーの役割と
話の聴き方

かうんせりんぐるうむ かかし
臨床心理士 河岸由里子 氏



お問い合わせ
お申し込み

恵庭市保健センター
恵庭市緑町2丁目1-1 (えにあす2F)



0123-25-5700
(平日 8:45~17:15)