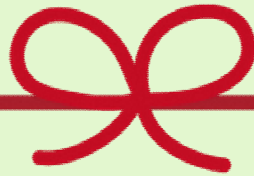


／開催団体募集中！／

あなたの気づきが、誰かの支えに。 ～こころのサインに気づくゲートキーパー養成講座～



身近な人の「いつもと違う」に気づき、

耳を傾け、必要な手助けにつなげる人。

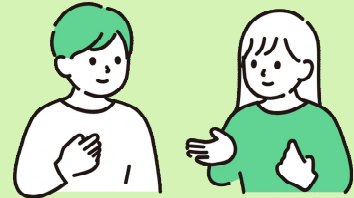
あなたも、地域や職場でのあたたかい「見守り役」になりませんか？

気づき



家族や友達の様子がいつもと違う…
そんな変化に気づき、声をかけます。

傾聴



相手の気持ちに寄り添い、
話をじっくり聞きます。

つなぎ



必要であれば、専門の相談窓口や
医療機関につなぎます。

見守り

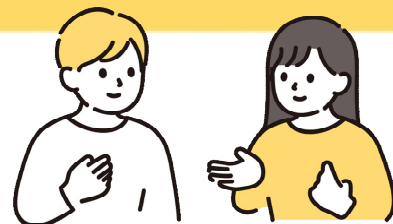


温かい心で、そっと見守り、
継続的にサポートします。

ゲートキーパーって、どんなことをするの？

講座の目的

- 身近な人の心の SOS に気づく力を育みます。
- 正しい知識を学び、適切な声かけや傾聴の方法を知ります。
- 地域全体で悩みを抱える人を支えるあたたかい社会を目指します。



講座の内容と時間

- ゲートキーパー、うつ病の特徴や、関わり方についての講義と演習。
- 約 1 時間 30 分程度（団体のご希望により調整可能）

対象者・開催費

対象者：出雲市にお住まいの方、お勤めの方、どなたでもお申込み可能です。

開催費：無料（講師派遣料は、市が負担します）

お申し込み方法と注意点

- 講座は、8名以上のグループでお申し込みください。
- 開催日時は、基本的に平日でお願いします。休日や祝祭日および夜間での開催をご希望の場合は、事前にご相談ください。
- 開催をご希望の方は、下記へお電話・FAX・メールのいずれかの方法でお申し込みください。
- 申込の際は、以下の内容を確認させていただきます。
（FAX・メールの場合も、以下の内容をご記入ください）

①代表者名

②日中連絡先（携帯電話など）

③開催希望日（第1～第3希望）

④開催場所

⑤参加者の予定数

お問い合わせ・お申し込み先

出雲市役所 健康増進課 健康づくり推進係

TEL：0853-21-6976

FAX：0853-21-6965

メール：kenkou@city.izumo.shimane.jp