

こころのサポーター養成講座

をはじめます

こころがつらい時、しんどい時に、ちょっとした言葉かけで、気持ちがふっと軽くなることはありませんか。自分のため、大切な身近な方のために、こころの少しの異変に気づき、//てあて//ができる人を増やすための学びの場をはじめます。ぜひ、お気軽にご参加ください

『日にち』
令和7年10月15日(水)
午後2時～4時15分

『場所』
境港市保健相談センター
1階 講堂

『講師』
社会福祉法人養和会
理事長 廣江 仁 氏

『テーマ』
ストレスコーピングで
セルフケア

受講された方には
「認定証」をお渡しします

限定 50人
(境港市民限定)

◎申し込み期限：令和7年10月10日(金)

【申込先】 境港市役所 健康づくり推進課

☎:0859-46-0571

メール:kenko@city.sakaiminato.lg.jp

発境健第 1422 号
令和7年(2025年)9月 30 日

各企業 様

境港市福祉保健部健康づくり推進課長
(公 印 省 略)

令和7年度 こころのサポーター養成講座について【ご案内】

市では、今年度より、自分や身近な人の「こころ」のちょっとした異変に気づき、//てあて//できる人を増やすために、こころのサポーター養成講座を開催いたします。

別紙チラシのとおり、開催いたしますので、是非ご参加いただきたくご案内いたします。

つきましては、ご多忙のところ誠に恐縮ですが、10月10日(金)までに下記まで電話、Mailまたは FAX で申し込みくださいますようお願いいたします。(取りまとめの申し込み、各個人での申し込み、どちらでも構いません。)

申込書

団体名()

参加者氏名	参加者氏名

※締め切り 10/10(金)

申し込み先:健康づくり推進課 地域保健係
電話 : 46-0571
FAX : 47-1112
Mail : kenko@city.sakaiminato.lg.jp