心のサポーター認定証をお渡しします！

こころは見えない。だから、聴く。

第10回　川口市 こころサポーター 養成講座

2027.1/30(土)　13:30～15:45（受付13：00～）

会場 川口市役所 第二本庁舎 6階 2601 A・B・C会議室

家庭や職場などの身近な場所で
身近な人のこころの不調に気づき、耳を傾け、“てあて”をする人
それが心のサポーター（愛称：ここサポ）です。
誰もがこころの不調を経験する時代。
いつか役立つメンタルヘルスの基礎や、
人の悩みを聴くスキルを学びませんか？
（講座中にペアワークがあります。）

対象者

川口市に在住・在勤・在学の方で、過去にこころサポーター養成講座を受講したことが無いかた

講師

心のサポーター指導者
松岡　治　先生
（株式会社サイゼリヤ）

定員・料金

定員：100人程度
（先着順）
料金：無料

ゲートキーパー研修

（終了後）16:00～16:30
ご自由にご参加ください

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。
周りで悩んでいる人がいたら、やさしく声をかけてあげてください。声をかけあうことで、不安や悩みを少しでも和らげることができるかもしれません。
こころサポーターと併せて、
ゲートキーパーについても学んでみませんか？



※詳細は、裏面をご確認ください。

申し込み方法

▶右記二次元バーコードからお申し込み、
　または、下記までお問い合わせください。

申し込み期間

▶令和8年12月7日（月）～令和9年1月15日（金）

会場　川口市役所 第二本庁舎　6階 2601 A・B・C会議室

★川口市保健所、川口市役所第一本庁舎ではありません。



住所：埼玉県川口市青木2-1-1

★閉館日のため、1階時間外入口からお入りください。

★お車で参加される方は立体駐車場をご利用ください。

【注意事項】

★申し込みの際に頂いた個人情報は、目的以外には一切使用いたしません。

★申し込み数が、定員に達した際は申し込みを締め切ることがありますのでご了承ください。

★こころサポーター養成講座は、開始15分以上すぎての参加、終了15分より前の早退は、認定証の交付ができません。

★受講内容の録画、撮影等はご遠慮ください。

【お問い合わせ】川口市保健所　TEL：048-423-6748（直通）
疾病対策課　精神保健係　Mail：087.06017@city.kawaguchi.saitama.jp

★あなたのこころの体温をセルフチェックしてみませんか？★
パソコンやスマートフォン・携帯電話からいつでも簡単に
心の健康状態をチェックできます。相談窓口もご案内しています。
￥無料（通信費は自己負担）
利用方法：スマートフォン・携帯電話からはこちら▶

