

心のサポーター 養成講座



セミナー定員

150名

※先着順

厚生労働省

認定証

交付

参加費

無料



誰もがこころの不調を経験する時代...

そのサインに気づける人やこころの応急処置のできる人を増やしていくことがとても重要です。

この機会に「こころ」について一緒に学んでみませんか？

日時

2026年10月16日(金) 13:30～16:00
(12:45～開場)

講師

入来 晃久 先生（大阪精神医療センター）

会場

とよなか男女共同参画推進センターすてっぷ
5階 すてっぷホール （豊中市玉井町1-1-1-501）

対象

豊中市在住または在勤の方

裏面に詳細ございます

～ 講座詳細 ～

内容

こころの不調のサインや話の聴き方のコツ、セルフケアの方法などを簡単なペアワークを通じて学びます。後日、厚生労働省が発行する認定証を交付します。

申込 期間

9月7日(月)～10月9日(金)まで

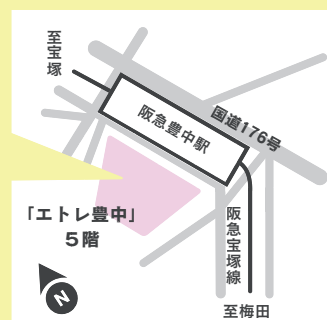
注意点

- **アンケートの実施について**
講座会場にて受講前後にアンケートを実施します。
ご協力をお願いいたします。(アンケートの回答は任意です。)
- **ペアワークについて**
講座中に簡単なペアワークがございます。
体調等により参加が難しい方はスタッフにお申し付けください。
- **持ち物について**
筆記用具(ボールペン等)をお持ちください。

会場までの行き方

とよなか男女共同参画推進センターすてっぷ
5階 すてっぷホール (豊中市玉井町1-1-1-501)

阪急電鉄 宝塚線豊中駅 南改札口より
エトレとよなか2階に入って、エスカレータ、
またはエレベータで5階へ。



お申込み
お問合せ

豊中市保健所 医療支援課 精神保健係



06-6152-7315

月～金(祝日除く)
9:00～17:15

【主催】豊中市保健所・厚生労働省 【実施】豊中市保健所
【協力】NPO法人日本学び協会 ワンモア豊中・千里中央



QRからも24h
お申込みできます。