

ココサポ 心のサポーター養成講座

心の不調で悩む人をサポートするため、さらには偏見のない暮らしやすい社会を作るため、メンタルヘルスの基本知識や聴く技術などを学ぶプログラム講座を受講した人を「心のサポーター」と呼んでいます。2033年までに日本全国で100万人の「心のサポーター」養成を目指しています。

身近な人のSOSを見逃がしたくない、
小さくても、何か自分にできることをしたい
心のサポーター養成講座は、そんなあなたのための2時間です

日時:令和7年9月18日(木) 午前10時から12時15分

場所:八王子市保健所4階 401会議

(東京たま未来メッセ庁舎・会議棟4階)

講師:飯田佳子氏

自殺予防団体風のとびら代表、
子育て支援団体マザー・サポート・ネットワーク代表、公認心理師

【講師プロフィール】

大学で心理学を学び、卒業後都内の精神科病院に勤務。精神疾患を抱える患者の心理検査や心理療法に携わる。阪神淡路大震災後、被災者の心のケアに従事。その中で自殺予防活動の重要性を強く感じ、2008年に自殺予防団体風のとびらを立ち上げる。

「マザー・サポート・ネットワーク」という子育て支援団体を運営し、子育て中の母親のためのカウンセリングを柱に、子どもへのカウンセリングも展開。

メンタルヘルスの基本知識と身近な人の支えになれる傾聴スキルを学べる「心のサポーター」

通称 **ココサポ** に

あなたもなりませんか。

申込は Logo フォームより

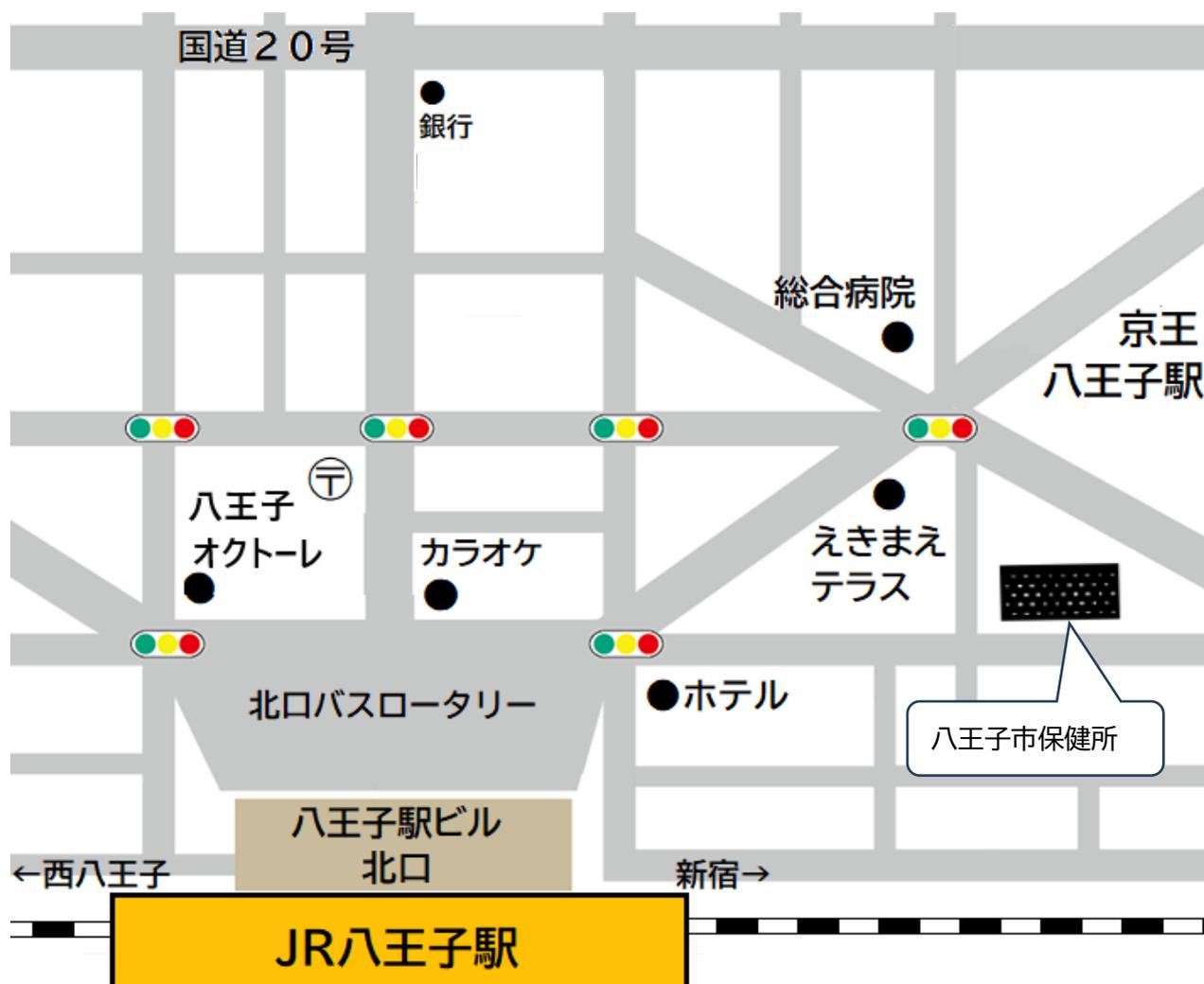


ココサポ

あなたのみちを、
あるけるまち。  **八王子**

主催:八王子市保健所 保健対策課 地域保健担当

八王子市保健所へのご案内



保健所へは、庁舎入り口からエレベーターでお越してください

住所：東京都八王子市明神町 3-19-2

東京たま未来メッセ 庁舎・会議室棟

アクセス：JR 八王子駅北口から徒歩 5 分

京王八王子駅から徒歩 4 分

