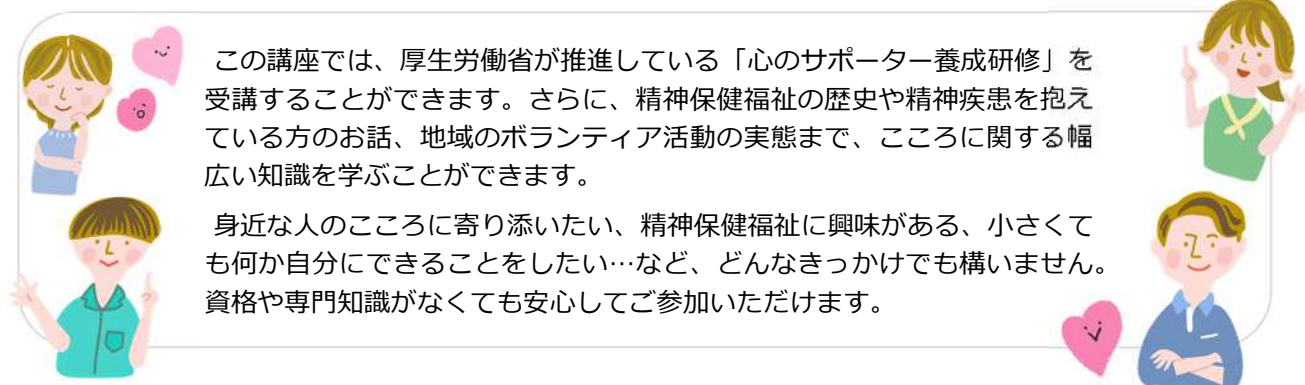


こころのサポーター

講座



この講座では、厚生労働省が推進している「心のサポーター養成研修」を受講することができます。さらに、精神保健福祉の歴史や精神疾患を抱えている方のお話、地域のボランティア活動の実態まで、こころに関する幅広い知識を学ぶことができます。

身近な人のこころに寄り添いたい、精神保健福祉に興味がある、小さくても何か自分にできることをしたい…など、どんなきっかけでも構いません。資格や専門知識がなくても安心してご参加いただけます。

	日時	内容
第1回	2026年 10月 1日 (木) 9:30-11:30	「心のサポーターになろう①」 講師：精神保健福祉センター 職員
第2回	2026年 10月 15日 (木) 9:30-11:30	「心のサポーターになろう②」 「精神保健福祉の歴史」 講師：精神保健福祉センター 職員
第3回	2026年 10月 29日 (木) 9:30-11:30	「精神障害を抱える方の地域生活」 講師：浜松市障がい者相談支援センター 職員 「当事者の話を聞いてみよう」
第4回	2026年 11月 5日 (木) 9:30-11:30	「WRAP～元気回復行動プラン～」 ※こころのサポーター交流会合同開催 講師：増川ねてる氏 ぴあクリニック 職員

【会場】 浜松市精神保健福祉センター 会議室 2
(中央区中央一丁目12-1 県浜松総合庁舎4階)

※各回グループワークを実施します。
※内容は一部変更となる場合がございます。

【対象】 浜松市在住の方

【参加費】 無料

【持ち物】 筆記用具

【定員】 先着30名

【申込み】 8/17 (月)～9/17 (木)

下記URLもしくはQRコードよりお申し込みください。

<https://logoform.jp/f/dto1a>



「心のサポーター養成研修」とは

心のサポーターとは、メンタルヘルスや精神疾患に関する正しい知識を持ち、家族や同僚など身近でメンタルヘルスの不調を抱えている方に対して傾聴を中心とした支援を行う人のことです。

厚生労働省は、令和3年度からNIPPON COCORO ACTIONとして、地域におけるメンタルヘルスや精神疾患についての普及啓発を進め、精神疾患の予防や早期介入につなげることを目的とした心のサポーター養成事業を開始しました。2033年度末までに100万人の養成を目指しています。



ここサポ交流会

講座を修了した方が集い、学習したりボランティア活動を共有できる場所です。詳細については、第4回の講座でご案内します。

会場のご案内

浜松市精神保健福祉センター 大会議室

住所：浜松市中央区中央一丁目12-1 県浜松総合庁舎4階

電話：053-457-2709

