

参加費
無料

精神保健はまかせ♡スラール

令和8年度

第1回

心のサポーター

養成講座

ココサポ

誰もが心の不調を経験する時代。この講座は、身近な人のそのサインに気づける、心の不調を感じている人の話を聴ける「心のサポーター」を養成する講座です。心の健康についての基礎や、人の話を聴くコツを学びます。特別な資格は要りません。誰でも参加できます。

令和8年

日時

5/25(月) 13:30～16:00 (予定)

場所

八幡浜市保健福祉総合センター
4階 多目的ホール

※駐車場に限りがありますので、乗り合わせ等にご協力ください。

八幡浜市アプリ版
健康ポイント 300P
獲得できる!

01 心のサポーターについて

02 身近な人へのサポート方法
について

03 ストレスへの対応方法に
ついて



第2回の予定は
10/10(土)

この講座を修了すると、
「心のサポーター認定証」
が皆さまに発行されます。

※2回以上受講の方には発行されません。ご了承ください。

申込締切
5月20日

お申し込み・お問い合わせ

社会福祉法人 八幡浜市社会福祉協議会

☎ 0894-23-2940

QRコードから
お申し込みください⇒



※この講座は厚生労働省が実施する「心のサポーター養成研修」としても開催されます。