

仕事とこころ



「いのち」支える！

町田市主催

無料

総合相談会

どこに相談したらよいか分からない・・・

相談会では、「悩み」の解決の糸口を一緒に探すため、

精神保健福祉士 弁護士 や ハローワーク相談員 社会福祉士 保健師

などの行政職員等が相談に応じます。

申請・手続の助言を行い、具体的な申請や手続きは関係機関や行政の担当窓口などをご案内します。

ご家族・ご友人のご相談もできます。

匿名相談可能
個人情報厳守

申込不要
直接会場へ

ひとりで抱えこまないで、一緒に考えませんか？

日時： 2017年 **3月9日(木)**

12時～17時 (受付開始予定 11:45 受付終了 16:30)

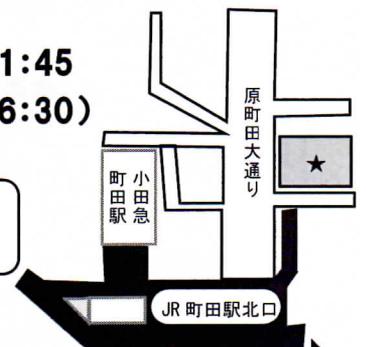
会場： 町田市生涯学習センター ホール

(町田市原町田 6-8-1 町田センタービル 7階 ※右図★)

109MACHIDA のある建物です

※JR 町田駅北口から徒歩約 3 分 ※駐車場はありません。公共交通機関をご利用ください。

※混雑状況により、お待ちいただく場合や相談に応じることが難しい場合があります。



裏面もご覧ください

お問い合わせ：町田市保健所健康推進課(電話 042-724-4236)

2016年度

ゲートキーパー養成講座

『もう何をしても無駄、、、 じゃない!!!』

～認知行動療法でつかむ会話のコツ・ うつ気分への対応～

>>心のスキルアップ、しませんか。<<



うつ気分への対応、ストレス対処の基本形や、日常的に関わりのある人に対し「ここに寄り添うこと」、「よい聴き方」、「自分の気持ちや考え方の伝え方」について学ぶことができる講座です。

また、悩みを抱える方から相談された際や周囲に対する気づき・声かけ・傾聴を通じ、適切な相談機関につなぐことが期待される「ゲートキーパー」の心得などもお伝えします。

開催日

2017年 **3**月**25**日(土)

時間

14:00～16:00 (13:30～受付開始)

会場

生涯学習センター ホール

(町田市原町田 6-8-1 町田センタービル 7階 ※右図★)

※JR 町田駅北口から徒歩約3分 ※駐車場はありません。公共交通機関をご利用ください。

講師

一般社団法人認知行動療法研修開発センター
理事 菊地 俊暁 氏

申込方法

募集期間：2月17日正午～3月22日午後7時

・町田市イベントダイヤル (☎042-724-5656)
・町田市ホームページ イベント申込システムから

※受付時間 7:00～19:00

※24時間ウェブ受付可

(イベントコード：「170217B」で検索)

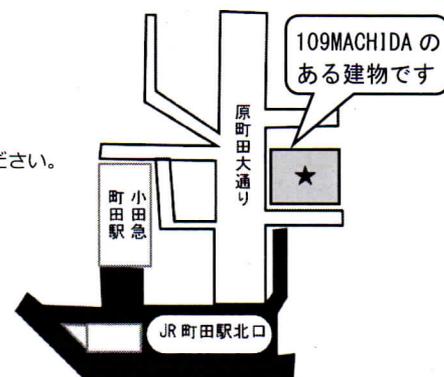
定員

158名

(申し込み順)

その他

簡単なアンケートにお答えいただく予定です。
筆記用具をご用意ください。



【問い合わせ先】 町田市保健所健康推進課 (☎042-724-4236)

裏面もご覧ください