

皆さんの職場に出張します！

～大切な仲間のこころの声に気づくために～  
ゲートキーパー養成研修

を 開催しませんか？

あなたも、大切な人の悩みに気づき、支えるゲートキーパーに！

ゲートキーパーとは、悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聞いて、必要な支援につなげ、見守る人のことをいいます。特別な資格は必要なく、誰でもなることができます。

普段より疲れた顔をしている、ため息が目立つ、口数が減った・・・

職場の仲間が「いつもと違う」様子ということはありませんか？

一人で大きな悩みを抱えているかもしれません。精神的に追い詰められ、最悪の場合は自ら命を絶ってしまうことも…。

でも、気づいても、声をかけるには、勇気がいりますよね…。

「気のせいかな…」、「どう声をかけたらいいのかわからない…」、「余計なことと思われるかも…」、「他の誰かが声をかけてくれるはず…」などと考えてしまい、最初の一声をかける勇気が、なかなかでないことが多いのです。

多くの方に、その「最初の一声」をかけられるようになっていただきたいとの思いから、千葉市では無料の出張研修を実施しています。

お互い仲間の変化に気づき、声をかけあうことができる職場を目指しませんか？

健康づくりの一環として、皆様からのお問合せを、お待ちしております。

実施期間 : 令和2年9月23日(水)～令和3年3月31日(水)

内 容 : 臨床心理士等を講師とし、デモンストレーションやグループワークなどを取り入れた研修です。(約90分)

変化に気づくコツ、声のかけ方、などが学べます。

日時や人数、場所など、皆様のご都合に合わせて実施できます。

まずはお気軽にお問い合わせください！

※ 裏面がFAX送信票  
になっております。  
お問合せにご利用ください。

千葉市保健福祉局高齢障害部精神保健福祉課

担当 内山・伊藤

電話 : 043-238-9980

FAX : 043-238-9991

E-mail : [seishinhoken.HWS@city.chiba.lg.jp](mailto:seishinhoken.HWS@city.chiba.lg.jp)

# 千葉市出張ゲートキーパー養成研修 参加申込書

(送付先)

千葉市保健福祉局高齢障害部精神保健福祉課 行

FAX 番号 043-238-9991

申込日	令和 年 月 日
企業・事業所様 のお名前	
ご住所	〒 千葉市 区
ご担当者様 お名前	お名前 様 【部署・役職】 ( )
ご担当者様 連絡先	電 話 FAX E-mail
該当するものに ○をお願いします。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 出張開催を希望します</li> <li>・ もう少し詳しく聞きたいです</li> <li>・ その他 ( )</li> </ul>
連絡の 希望時間、曜日	<p>ご連絡をさせていただく際の、時間や曜日、方法のご希望をご記入ください。</p> <p>【希望の方法】 電話・FAX・メール</p> <p>【希望の時間】 ( )</p> <p>【希望の曜日】 ( )</p>
備考	

問合せ・申込先

千葉市保健福祉局高齢障害部精神保健福祉課

電話：043-238-9980 FAX:043-238-9991

E-mail : [seishinhoken.HWS@city.chiba.lg.jp](mailto:seishinhoken.HWS@city.chiba.lg.jp)

担当：内山・伊藤