

気づいて！こころのSOS

ゲートキーパーとは？

こころの不調を抱える方や自殺に傾く方のサインに気づき、手をさしのべることができる人のことです。



「悩んでいる人の話を聞くなんて難しい」と思っていないですか？
確かに、簡単ではありません。でも、話の聴き方のちょっとしたコツを知ることによって、救える命があるのです。



市内に在住、在勤、在学している概ね10人以上で構成された団体・グループ等を対象としています。

講座の日程や場所はお相談に応じます。
まずは、健康づくり課まで、お問い合わせください！

自殺を考えている人の本当の気持ちや対応方法の具体例が聞けて良かったです。

受講者の声

今日の講座をもっと早く受ければ良かった・・・

助けを求めている人は想像以上に多くいる。

すでに受講済みの方はこちら ↓↓

～ゲートキーパーフォローアップ講座～

つながろう！
こころのネットワーク

問合せ

厚木市健康づくり課
(保健福祉センター2階)

046-225-2201