

自殺予防普及啓発講演会

出そう SOS! 受け止めよう SOS!

～「たすけて」と言い合えるにはどうしたらいい?～

日程

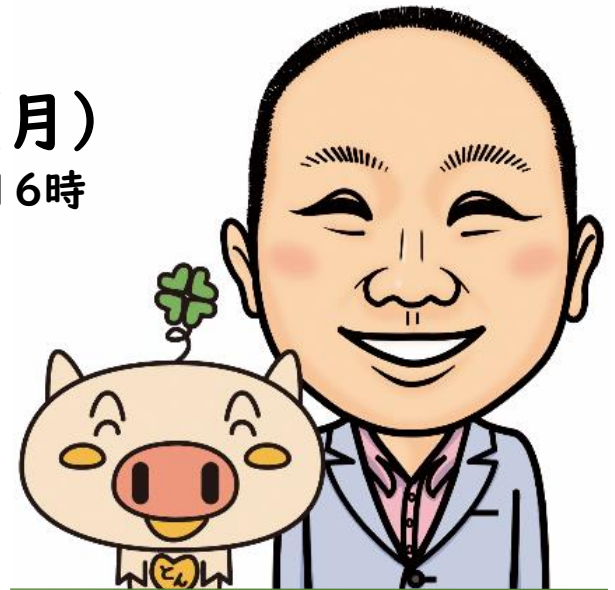
令和4年9月12日(月)
受付:13時半～ 講演会:14時～16時

会場

豊橋市役所 13階 講堂

講師

さわと かずお
澤登 和夫氏
(株式会社ありがトン代表
精神保健福祉士 うつ専門カウンセラー)



内容

つらいときひとりで悩んでいませんか?
悩んでいる人にどう声をかけていいか、もどかしい思いをしたことはありませんか?
つらいときのSOSの出し方や受け止め方をわかりやすくお伝えします。

内容1

自分ならどんな人にSOSを出せる?
SOSってどうやって出すの?
SOSに気づくには?
SOSに気づいたときには?

内容2

人への寄り添い方
自分への寄り添い方
澤登氏の体験談



定員100名

申込みメ切
9月7日まで

対象

市民・支援機関・行政機関
こころの悩みを抱える方を支援する方 等

申込み

あいち電子システム
Instagram 電話予約

※ QRコードを読み取ってください



あいち電子システム



Instagram DM

豊橋市保健所 健康増進課
地域支援グループ

連絡先: 39-9145

※ この講演会は自殺対策強化事業費補助金をもとに実施しております。
※ 新型コロナウイルス感染症の感染予防対策のため、当日はマスク着用のうえ会場での検温を実施予定です。感染拡大状況によって講演会の開催を中止した場合には、ホームページにてお知らせします。

