

あなたとわたしのこころの健康を守るために ～SOS の受け止め方、出し方について～

8月26日(火)

13:00～15:10

(受付 12:30～)



参加
無料

誰でも
参加 OK

悩んでいることを打ちあけられた時、どのような聴き方をしますか？ 話の中には、辛い、苦しい、悲しいサインだけではなく、うれしい、楽しい、時には「ちゃんと私を見て！」、「ただ聴いてほしい」等のサインがあったりします。そんなサインをどう受け止め、どのように対応したらよいか、のお話です。ぜひご参加ください。

場 所 五戸町立公民館
(五戸町字下モ沢向8-2)

しめきり 8月19日(火)
※席に余裕があれば、締め切りを
過ぎても申込みできます

申込み、問い合わせ
五戸町役場 健康増進課
電話 0178-62-7958(直通)

内 容

○ テーマ SOS の受け止め方、出し方
について

○ 講 師 田中 真 氏
青森いのちの電話研修委員長、
弘前大学大学院保健学研究科 准教授



主催…青森県、青森いのちのネットワーク 併催…五戸町

【青森いのちのネットワーク構成団体】 青森県医師会/青森県保険医協会/なみおか SSC/ほほえみの会/みちのくエンカレッジの会/つがる市精神保健福祉ボランティア「エールの会」/津軽アヅマルシェ/NPO 法人日本心身機能活性療法指導士会青森県支部/当事者活動サークルアメノチハレ/青森笑いヨガハッピー会/心の健康を考える青森県民会議/認定 NPO 法人あおもりのちの電話/ NPO 法人青森音楽療法研究会/