

ゲートキーパーになろう！

～大切な人のSOSに気づきましょう～

人は誰しも落ち込むことがあります。
もし、身近な人や大切な人が落ち込んでいたらとても心配になりますよね。
少しでも元気になってもらうために何かできることがないか
でも何をしたらよいのかわかならいと悩んだことはありませんか？
そんな時は、勇気を出してまずはやさしく声をかけてみることから
はじめてみてはどうでしょうか。
－その行動が、ゲートキーパーの第一歩になります。－

◎ゲートキーパーとは◎

悩んでいる人に気づき、声をかけてあげられる人のことです。誰でもゲートキーパーになることができます。ゲートキーパーは「変化に気づく」「じっくりと耳を傾ける」「支援先につなげる」「温かく見守る」という4つの役割が期待されていますが。そのうちどれか1つができるだけでも、悩んでいる方にとっては大きな支えになるでしょう。

【ゲートキーパーのお話】

日時：令和8年10月22日（木）

14:00～15:00（受付開始13:30）

場所：プリズムへぐり 2階会議室

講師：ハートランドしぎさん 院長 徳山 明広 医師

申込：9月4日（金）～

～申込・問合せ先～

平群町 健康保険課（プリズムへぐり）

電話：0745-45-8600

FAX：0745-45-8611



※この講座は「いのちを支える平群町自殺対策行動計画」に基づき実施しています。