



山口市

報道資料

令和6年7月22日

1 件 名	「こころの健康教室開催のお知らせ」
2 日 時	令和6年9月4日（水） 13時～14時（受付：12：40～）
3 場 所	徳地地域交流センター 2階 大会議室 （山口市徳地堀1561番地1）
4 対 象 者	徳地地区に在住・在勤している山口市民 40名程度
5 内 容	大切な命を守るため、ご自分のこころのケア方法や、身近な方のこころを支える方法を学んでみませんか？ テーマ：「元気なこころのつくり方 ―あなたもわたしも―」 講 師：公認心理師 武田朋昭氏 内 容：ストレス対処法、メンタルヘルスケアについての講話、ゲートキーパー養成講座（※ゲートキーパーとは、「周囲の悩んでいる人に気づき、声をかけ、話をきいて、必要な支援につなげ、見守る人」のことです。特別な資格は必要なく、少しの心がけで誰でもなることができます。） 参加費：不要 申込み：8月27日までに、氏名、年齢、連絡先を 徳地保健センター健康づくり徳地担当へ （TEL：52-1114 FAX：52-0444）
6 問い合わせ	山口市徳地保健センター（健康増進課健康づくり徳地担当） 担当 吉留由芽 TEL：0835-52-1114 FAX：0835-52-0444

徳地地区

元気なこころのつくり方

— あなたもわたしも —



大切な命を守るために、ご自分のこころのケアの方法や、
身近な方のこころを支える方法を学んでみませんか？

悩んでいる人の話を
聞くとときにどう
聞いたらいいの？



悩んでいる人の
サインって？

ストレスへの
上手な対処方法を
知りたい



自分自身が
いつも悩みを
抱え込んでしまう…



悩んでいるとき、
どこに相談したら
いいんだろう？



日時

9月4日（水） 13時～14時
（受付：12:40～）

会場

徳地地域交流センター 2階 大会議室

講師

公認心理師 武田 朋昭 氏

内容

メンタルケア、ゲートキーパーの基礎知識、役割、傾聴法等

申し込み

8月27日（火）までに 氏名、年齢、連絡先を、
以下電話またはFAX、メールにてご連絡ください。

受講料
無料

【プロフィール】
武田 朋昭 氏
（たけだ ともあき）
北海道出身。
京都府で大学
まで過ごす。
宇部フロンティア
大学大学院進学
のため山口へ。
その後、医療法人水の木会萩病院へ就職。
2023年4月山口カウンセリングオフィス
を開業する。



「ゲートキーパー」とは、「悩んでいる人に気づき、声をかけ、話をきいて、必要な支援につなげ、
見守る人」のことです。特別な資格は必要なく、少しの心がけで誰でもなることができます。

徳地保健センター

〒747-0292 山口市徳地堀1561番地1
TEL: (0835) 52-1114 / FAX: (0835) 52-0444