

# 受講者募集のお知らせ！！

～心のサポーター指導者養成研修開催します～

研修日程：令和5年6月25日（日）14：00～16：00 オンライン

受講費用：無料

受講資格：医師、保健師、看護師、精神保健福祉士、公認心理師等の精神保健に携わる方、またはメンタルヘルスファーストエイド等の心の応急処置に関する研修を既に受講している方

**\*原則として、受講後には指導者研修で講師を務めていただきます**

講師を務めていただいた方には薄謝をお支払いします

お申し込みフォーム：<https://forms.gle/RzhnYVuZkEqHKDAA> ⇒



心のサポーター養成事業事務局

国立精神・神経医療研究センター

心のサポーターとは <https://forms.gle/RzhnYVuZkEqHKDAA>

身近な人のこころの不調に気づき、耳を傾け、“てあて”をできる人がこころサポーターです。正しい知識と理解に基づき、家族や同僚等身近な人に対して、傾聴を中心とした支援を行う小学生から大人までが対象です。

心のサポーター指導者養成研修とは

こころサポーター指導者とは、地域で開催されるこころサポーター養成研修の講師を務める等、事務局や自治体と連携して、こころサポーターの活動を支援していきます。養成のための研修時間は概ね2時間程度です。

◇研修内容◇

- ・心のサポーター養成事業とは
- ・スティグマ低減のための4ポイント
- ・グループワーク
- ・選択研修(30分)
- ・養成研修の進め方
- ・こころサポーターの4ステップ

\*実施自治体によって研修内容は異なります

(CBTに基づくセルフケア、摂食障害、高次脳機能障害、てんかん、代表的なこころの病気)



NIPPON COCORO ACTION ホームページ  
<https://cocoroaction.jp/>

