

本事業は西宮市の委託をうけて実施しています



# 悩みの聴き方レッスン

..... 少しずつ周りの人や自分が楽になっていくよ .....

内容は同じです。希望の日を一日選んで下さい。

**9月24日(木)** 西宮市職員会館

**9月28日(月)** 北口保健福祉センター

**10月1日(木)** 北口保健福祉センター

時間： **14:00~16:30**

定員： 各 **35名** (先着順)

受講料： **無料!**

お申込みは  
お電話またはFAXで!  
(裏面参照)

悩んでいる人は、話を聞いてもらうだけで少し気持ちが軽くなるよ。

悩みをたくさん話してもらうには、いつもとは少し違った聴き方があるんだ。

このレッスンで、聴き方を勉強したら、大切な人の気持ちに寄り添ってみよう。

(内容)

悩みが生まれるとき

悩みが大きくなると

ある対応の例

声をかける

悩みの聴き方レッスン

自分を大切に

いのち の門番

## ゲートキーパーとは?

悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聞いて、必要な支援につなげ、見守る人の事です。

専門性の有無にかかわらず、一人でも多くの方がゲートキーパーの意識を持つ事が自殺予防につながっていくのです。

## お申し込み方法

お電話 **0798-26-3160**

西宮市保健所  
健康増進課

または

FAX **0798-33-1174**

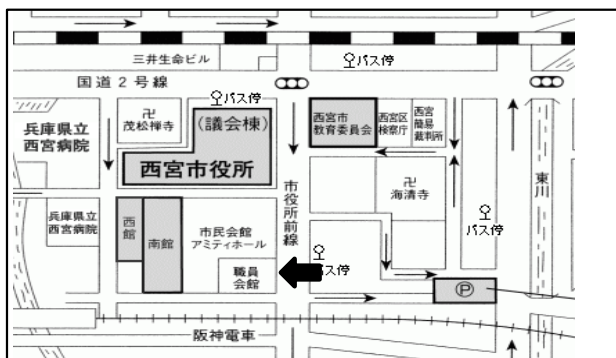


### 悩みの聴き方レッスンFAX申し込み書

ご希望の日時に○をつけて下さい。 (どの講座も内容は同じです ひとつの回を選んで下さい)	<b>①9月24日(木)</b> 西宮市職員会館	<b>②9月28日(月)</b> 北口保健福祉センター	<b>③10月1日(木)</b> 北口保健福祉センター
お名前	ご職業		
ご住所	〒		
TEL			
Ema i l			

## ■会場案内

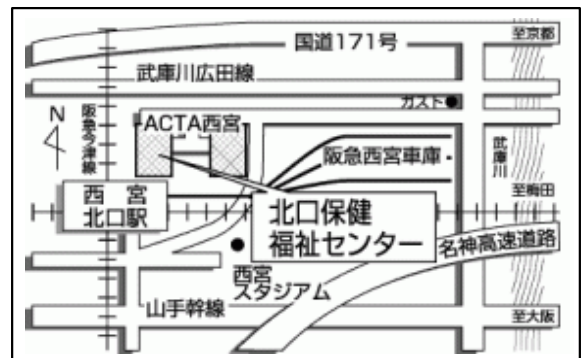
★西宮市 職員会館 3階 大ホール



(西宮市西宮市六湛寺町10-21)

最寄駅: 阪神西宮駅

★北口保健福祉センター



(西宮市北口町1-1 アクタ西宮西館5階)

阪急電鉄西宮北口駅北東出口より徒歩1分