

令和8年度

奈良県 心のサポーター養成講座

心のサポーターとは？

メンタルヘルスや精神疾患への正しい知識を持ち、地域や職域でメンタルヘルスの問題を抱える人や家族に対してできる範囲で手助けをする、傾聴を中心とした支援者です。むずかしい資格や専門知識はいりません。いつか役立つメンタルヘルスの基礎や、人の悩みを聴くスキルを学びます。

 日 時	令和8年12月21日(月) 14:00～16:10 (受付時間 13:30～)
 場 所	奈良県社会福祉総合センター 5階 研修室B・C
 受講料	無料
 定 員	先着 140名
 講 師	伊東 千絵子氏 (奈良県精神保健福祉センター 所長)



受講後には、心のサポーター認定証をお渡しします！

(15分以上の遅刻・早退を除く)



奈良スーパーアプリで申込！

右記QRコードからお願いします。

締切：

令和8年11月30日(月)



お問合せ

奈良県福祉保険部医療政策局疾病対策課 TEL 0742-27-8683