

ゲートキーパー養成講座参加者を募集します

ゲートキーパーとは悩みを抱える人に気づき、声をかけ、見守る人のことです。
多くの方がゲートキーパーとして活躍することが求められています。
今回、初めて3回シリーズの講座を行います。講座を通してゲートキーパーとしての
役割、知識を学び悩んでいる人の支えになりませんか？

〈講師〉 バク サンジュン
朴 相俊 先生（佐久大学看護学部・大学院研究科教授）

〈日程・場所・テーマ〉

- 1回目 10月30日（水） 諏訪市役所5階 大会議室
「大切な命 ～命の価値をもう一度考える～」
- 2回目 11月6日（水） 医師会検診センター
「死にたい気持ちと向き合う ～行動と心理の理解、傾聴について～」
- 3回目 11月13日（水） 諏訪市役所5階 大会議室
「ゲートキーパーとしての心得 ～自律的健康管理について～」

〈時間〉 13:30～15:00

〈定員〉 20人（諏訪市民で1～3回全て参加可能な方）

〈申し込み〉 9月20日（金）～10月4日（金）に電話でお申込みください

諏訪市健康推進課 TEL 代表：0266-52-4141（内線592）
直通：0266-58-7226
FAX : 0266-58-0019



〒392-8511 長野県諏訪市高島1-22-30
長野県 諏訪市 健康福祉部
健康推進課 健康支援係
（担当）田中 貴絵
電 話 0266-52-4141（内線 592）
FAX 0266-58-0019
メール kenkoushien@city.suwa.lg.jp



参加費
無料！

令和6年度 ゲートキーパー養成講座

全国の自殺者数は年間2万人を超えており、若い世代の死因のトップにもなっています。大切な人の命を守るためには、周りの人が変化に気づくことが大切です。ゲートキーパーとは「命の門番」ともいわれ、悩んでいる人に気づいて声をかける人のことです。近年、より多くの方がゲートキーパーとして活躍することが求められています。養成講座でゲートキーパーとしての役割や知識を学び、悩んでいる人の支えになりませんか？



☆講師 佐久大学看護学部・大学院研究科 教授

ぱく さんじゅん

朴 相 俊 先生

☆日程・テーマ 全3回 ※講演と簡単なグループワークを予定しています。

■1回目 10月30日（水）

「大切な命～命の価値をもう一度考える～」

■2回目 11月6日（水）

「死にたい気持ちと向き合う～行動と心理の理解、傾聴について～」

■3回目 11月13日（水）

「ゲートキーパーとしての心得～自律的健康管理について～」

☆時間 13:30～15:00

☆会場 諏訪市役所5階 大会議室（1・3回目）、医師会検診センター（2回目）

☆定員 先着20名（全3回受講可能な方）

☆申し込み 9月20日（金）～10月4日（金）に電話で申し込んでください。

諏訪市健康推進課 Tel 52-4141（内線 592）

<講師略歴>

朴 相俊（ぱくさんじゅん、日本認知・行動療学会 認定行動療法士）

韓国生まれ（1998年に来日）。2010年に東京大学大学院教育学研究科身体教育学コースで修士・博士課程を経て、現在は佐久大学で基盤教育を行っている。教育学修士、環境共生学博士、日本自殺予防学会編集委員、信州公衆衛生学会理事。専門分野は身体教育学・健康教育で、現在は、長野県内を始め他県の市町村を対象に自殺予防のためのゲートキーパー教育やメンタルヘルス研修に関する実践と研究活動などに携わっている。

