

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。

3回シリーズの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} 朴 ^{サンジュン} 相俊 先生（佐久大学看護学部・大学院研究科教授）

※講師の都合により、オンライン形式の講義となります。

〈日程・テーマ〉

■ 1回目 10月7日（火） 「大切な命 一命の価値をもう一度考える」

■ 2回目 10月14日（火） 「命を支える一死にたい気持ちに向き合う」

■ 3回目 10月21日（火） 「命の門番ーゲートキーパーとしての心得ー」

〈場所〉 諏訪市保健センター

〈時間〉 午後1時30分～3時

〈定員〉 20人（諏訪在住・在勤者で1～3回全て参加可能な方）

〈申し込み〉 9月19日（金）までに電話またはながの電子申請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：0266-52-8592

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）坂本 恭子
電 話 0266-52-4141（内線 592）
FAX 0266-58-0019
メール kenkoushien@city.suwa.lg.jp

令和 7 年度 ゲートキーパー養成講座

ゲートキーパーとは、悩んでいる人に気づき、声をかけてあげられる人のことです。

現在、全国の自殺者数は毎年 2 万人を超えています。特に児童・生徒の自殺は昨年 527 人となり、過去最多人数になりました。ストレス社会の現代では、誰もがこころの健康を損なう可能性があり、決して遠い世界の話ではありません。

身近な人が悩んでいる時、自分に何ができるか、どのように関わればいいのか、ヒントを見つけてみませんか？



人から悩みを打ち明けられた時の対応にはコツがあります。

☆講師 佐久大学看護学部・大学院看護学研究科 教授

ぱく さんじゅん

朴 相 俊 先生



☆日程・テーマ 全 3 回

■1 回目 10 月 7 日（火）
「大切な命 一命の価値をもう一度考える」

■2 回目 10 月 14 日（火）
「命を支える 一死にたい気持ちに向き合う」

■3 回目 10 月 21 日（火）
「命の門番 一ゲートキーパーの心得」

☆時間 13：30～15：00

☆会場 諏訪市保健センター （諏訪市湖岸通り 5-12-18）

☆定員 先着 20 名（全 3 回受講可能な方） ※諏訪市在住、在勤の方優先

☆申・問 9 月 19 日（金）までに電話又は、ながの電子申請でお申し込みください。
諏訪市健康推進課（保健センター） TEL 代表：52-4141（内線 592）
直通：52-8592

参加費
無料！

〈参加者の声〉

- ・学校や職場でなかなか聞けることではないので、勉強になった。
- ・表面的ではなく、どこも深い内容で非常に有益だった。
- ・つらい気持ちを打ち明けられた時の支援が具体的にわかり、ヒントがたくさんあった。

電子申請 QR

