

第1回

主催：福岡県、厚生労働省  
実施：福岡県

# 「心のサポーター」養成研修

メンタルヘルスの正しい知識に基づき、家族や職場の仲間など身近な人に対して、傾聴を中心としたサポートを行う「心のサポーター（ここサポ）」を養成するための研修です。

令和8年

2月25日（水）14:00～16:00

参加  
無料

## 研修内容

こころの病気に関する基本的な知識や、身近な人のこころの不調に気づき、サポートするための具体的な方法について、講義やグループワークを通じて学ぶことができます。

## 対象者

福岡県内に在住、在勤、在学の方ならどなたでも

## 開催方法

Zoomでのオンライン開催

## お申込み方法

下記URL又はQRコードからお申込みください。  
URL: <https://shinsei.pref.fukuoka.lg.jp/6f4kgSdq>



申込締切

2月16日（月）

QRコードは（株）デンソーウェーブの登録商標です。

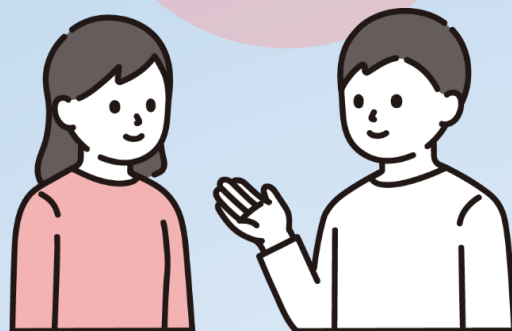
🔍 心のサポーター 福岡県 ×

## その他

- 心のサポーター養成研修終了後、続けて「ゲートキーパーセミナー」（30分程度）を実施いたします。
- ・自殺対策や自殺についての基礎知識等について、県の保健師が説明いたします。
  - ・受講は任意です。受講を希望されない場合は、セミナー開始前にご退室いただいて構いません。

<お問い合わせ先>福岡県健康増進課こころの健康づくり推進室 TEL:092-643-3265

先着  
60名



## 講師

（株）マインドビーイング代表取締役 平島 美也子

2023年産業保健師として独立開業。「こころのケア・カウンセリング」が日常的に受けられる企業を増やすため、専門家のサービスが行き届きにくい中小事業場を中心に巡回訪問している。

支援者向けこころのファーストエイドやここサポ講師として専門家につなぐまでの方法や大切にしてほしいことを伝え、SNSやラジオ番組では、気軽に立ち寄ってもらえる話しやすい保健室のような空間で配信している。

日本産業衛生学会/日本公認心理師協会/日本労働安全衛生コンサルタント会/日本看護協会 正会員

ここ  
サポ