

9月10日～16日は「自殺予防週間」です

あなたや大切な人の心配事をお話しませんか

くらしとこころの 総合相談会

弁護士

借金がある…
養育費を払ってもらえない…



くらしと仕事の 相談窓口

働いたことがなく就職が不安…
生活が苦しく困っている…



精神科医

眠れない…
家族の病状が気になる…



一度に相談ができます

働きたい…
突然解雇になった



ハローワーク
労働基準監督署

体調に不安がある
健康に暮らしたい…



保健師

【日 時】 **10月1日(木)** 午後 **1時～3時30分**

【場 所】 姫路市総合福祉会館 5階 安田3丁目1番地

【対 象】 姫路市在住の方 **※Web 相談も受付中**

【申込み】 先着5名（予約制）各相談20分まで

9月4日～9月18日までにお電話ください

当日10時の時点で、姫路市に気象警報が出ている場合は中止となります。



HP はこちら

お問合せ 保健所健康課 **079-289-1645(Fax 289-0210)**
地域福祉課 **079-221-2303(Fax 221-2946)**
福祉つながる窓口

あの
ひと
言で
救
わ
れ
た。
。

働く人のためのゲートキーパー講座

- 10月17日（土）13:30～16:30 神戸国際会館 9F 大会場
- 12月4日（金）13:30～16:30 アクリエひめじ 409

【参加費】無料

※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る人です。

詳細は裏面をご覧ください。▶

「令和8年度 働き盛り世代の自殺対策の推進事業」は兵庫県の委託を受けてNPO法人ゲートキーパー支援センターが行います。

気づいた人から、
できること。

しんどそうな人に、
どう声をかければ良いのか・・・

講義だけでなく、
ロールプレイをすることで
実践的な学びが身につきます。



**職場でのメンタルケアに悩まれていませんか？
ひとつでもチェックがついたら、ぜひご参加ください。**

- | | |
|---|---|
| ☐ 職場の管理職や健康管理担当者 | ☐ 休職や離職する人を減らしたい |
| ☐ 同僚がしんどそうだが声かけの方法がわからない | ☐ 職場のストレスを軽減したい |
| ☐ 部下の気持ちを理解したい | ☐ 自分自身もところが疲れている |

【研修講師】 竹内志津香（NPO法人ゲートキーパー支援センター理事長）

NPOとして日本初のゲートキーパー育成団体。行政、教育機関、医療機関、企業、福祉団体などへの講演活動を行う傍ら、小さな団体や個人への研修やカウンセリングや電話相談なども続けている。13年に及ぶその活動は、NHK・関西TV・読売TV・読売新聞・毎日新聞・朝日新聞・神戸新聞・京都新聞・公明党新聞・ラジオ関西・FM局など多数のメディアで紹介。またコープこうべ・SOMPO福祉財団・株式会社リコー・大阪ガス株式会社など多くの企業から授賞や寄付というカタチで応援いただいている。

【参加費】 無料

【会 場】 10月17日（土）13:30～16:30 神戸国際会館 9F 大会場
12月4日（金）13:30～16:30 アクリエひめじ 409

【定 員】 各会場150人

【対 象】 兵庫県内の企業、兵庫県から他府県に通勤している方（個人でのご参加もOK）

【内 容】 職場のストレス/ストレスがかかると/悩みの聴き方（ロールプレイング実習）
自分自身を大切に（心の回復体操）/交流タイム

【お問合せ】

● 研修内容・申込状況に関すること
NPO法人ゲートキーパー支援センター
TEL：06-6415-8829

※木・土・日・祝を除く平日の10時から15時30分をお願いします。

● 事業に関すること（研修内容・申込状況に関することはお答えできません）
兵庫県 福祉部 障害福祉課 精神障害福祉班
TEL：078-362-3059（直通）※「ゲートキーパー研修の件で」とお電話ください。

お申込み
はこちら→



お問合せ
はこちら→

