

令和8年度心のサポーター養成研修 開催日程

日程	会場	時間	申込 締切日	選択研修 ※		定員
				ストレスコーピングでセルフケア	こころの病気について学ぶ	
令和8年	8月25日(火)	オンライン	18:00～20:40(★)	8月12日(水)	○	150
	9月2日(水)	厚木保健福祉センター(厚木市中町1-4-1)	14:00～16:40(★)	8月19日(水)	○	200
	9月15日(火)	神奈川県立地球市民かながわプラザ(横浜市栄区小管ヶ谷1-2-1)	14:00～16:00	9月1日(火)	○	100
	9月18日(金)	川崎市総合自治会館(川崎市中原区小杉町3-600 コスギサードアヴェニュー4階)	13:30～16:30(★)	9月4日(金)	○	100
	9月28日(月)	ウェルネスさがみはら(相模原市中央区富士見6-1-1)	14:00～16:40(★)	9月14日(月)	○	100
	10月2日(金)	小田原三の丸ホール(小田原市本町1-7-50)	14:00～16:00	9月18日(金)	○	100
	10月23日(金)	川崎市本庁舎(川崎市川崎区宮本町1)	14:00～16:30(★)	10月9日(金)	○	100
	11月5日(木)	平塚文化芸術ホール(平塚市見附町16-1)	13:30～15:30	10月22日(木)	○	60
	11月6日(金)	川崎市麻生区役所(川崎市麻生区万福寺1-5-1)	13:30～16:30(★)	10月23日(金)	○	100
	11月19日(火)	横浜市開港記念会館(横浜市中区本町1-6)	14:00～16:40(★)	11月5日(木)	○	100
	12月1日(火)	オンライン	18:00～20:00	11月17日(火)	○	120
	12月8日(火)	逗子市役所(逗子市逗子5-2-16)	14:00～16:40(★)	11月24日(火)	○	50
	12月10日(木)	横須賀市文化会館(横須賀市深田台50)	14:00～16:00	11月26日(木)	○	100
令和9年	1月7日(木)	ユニコムプラザさがみはら(相模原市南区相模大野3-3-2 bono 相模大野サウスモール3階)	14:00～16:40(★)	12月24日(木)	○	100
	1月14日(木)	ほねごり杜のホールはしもと(相模原市緑区橋本3-28-1 ミウイ橋本7・8階)	14:30～16:30	12月31日(木)	○	100
	1月19日(火)	大磯町保健センター(中郡大磯町東小磯191)	14:00～16:40(★)	1月5日(火)	○	50
	1月30日(土)	オンライン	14:00～16:00	1月18日(月)	○	120
	2月8日(月)	海老名市文化会館(海老名市めぐみ町6-1)	9:40～11:40	1月25日(月)	○	100
	3月13日(土)	オンライン	14:00～16:40(★)	2月26日(金)	○	150

★ 一部研修回においては、心のサポーター養成研修終了後に希望者に対して30分程度ゲートキーパー(自殺の危険を示すサインに気づき、適切な対応を図ることができる人)養成研修を実施します。

※ 選択研修科目は、次の2種類を用意しました。ご希望に合わせて受講日程を選択してください。

「ストレスコーピングでセルフケア」

→ 受講者がストレス対処法を学び、セルフケアを行えることを目的とする。

「こころの病気について学ぶ」

→ 14のこころの病気について正しく理解し、誤解や偏見を持つことなく身近な人たちと接するようになることを目的とする。