

室蘭市自殺対策事業

少人数の  
グループから  
受講できます

受けてみませんか？

# ゲートキーパー研修

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、見守る人のことです。

ご自身のことはもちろん、「ゲートキーパー」として、周囲の方々のこころの健康をサポートしませんか？

ゲートキーパーの  
4つのポイント

1. 気づく

2. 話を聞く

3. つなぐ

4. 見守る

申込み・  
お問い合わせ

室蘭市健康推進課

電話：0143-45-6610