

自殺予防強化月間講演会

「わたし」と出会う、

「わたし」を取り戻す

～自分の中の気づきと向き合う～

講師 公認心理士 及び 心の病を体験したことのある方々

心の病を体験した方々が回復に向けた取り組み（当事者研究）の中で、自分の中で起こっていることや気づきについて教えてください。これを踏まえ、家族や周囲のサポートについて考えてみましょう。

日 時 令和7年3月12日（水）午後1時～2時30分

場 所 昭和村公民館

持ち物 筆記用具、飲み物

申込み 3月3日（月）までに昭和村役場 健康福祉課 健康係

Tel 25-3285 内線132 まで

3月は、「自殺予防強化月間」です。村では、関係機関と連携し、自殺対策に取り組んでいきます。また村民の皆さまが自殺対策に理解を深め、悩みを抱える人に気づき、必要な支援につなげることが、自殺防止に繋がります。誰も自殺に追い込まれることのない社会の実現に向けて、ご協力をお願いします。

この講演会は、保健推進員研修会と同時に実施するものです