



藤沢記者クラブ各位

記者発表資料
2025年（令和7年）10月1日

心のサポーター養成研修

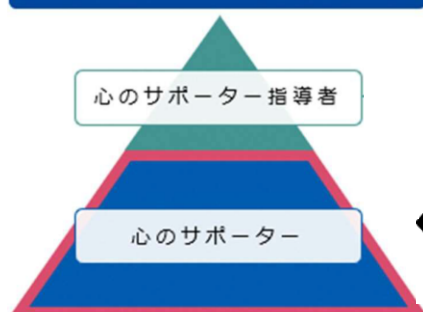
参加費無料!

～あなたも心のサポーターになりませんか～

心のサポーター（ここサポ）とは、メンタルヘルスや精神疾患への正しい知識を持ち、地域や職域でメンタルヘルスの問題を抱える人や家族に対してできる範囲で手助けをする、傾聴を中心とした支援者です。特別な資格は不要で、本研修を受講することにより「心のサポーター」として認定されます。

本研修を修了された方には、認定証と缶バッジをお渡しします！

心のサポーター養成の仕組み



身近な人の SOS を見逃がしたくない。小さくても、何か自分にできることをしたい。

心のサポーター養成研修は、そんなあなたのための 2 時間 キュン♡

日 時：2025年10月30日(木)午後2時から4時15分まで

場 所：藤沢市役所本庁舎4階 4-4会議室

対 象：藤沢市内在住・在勤・在学

講 師：池澤 千夏氏（スクールカウンセラー、公認心理士、社会福祉士）

<問い合わせ・申し込み>

藤沢市保健所 保健予防課 精神保健担当

電話 0466(50)3593 FAX 0466(28)2121

E-mail fj-hokenyobo@city.fujisawa.lg.jp



【この資料に関する問い合わせ先】

藤沢市役所 健康医療部保健予防課

内 線：7173

担 当：幸田・中村・安田

直 通：0466(50)3593



2025
健康経営優良法人
KENKO Investment for Health
大規模法人部門



～あなたも心のサポーターになりませんか～



心のサポーター養成研修

メンタルヘルスや精神疾患に関する正しい知識と理解を深め、地域や職場で心の不調を抱える人や、その家族を支援できる「心のサポーター」を養成する研修。

参加費
無料

日時:2025年10月30日(木)

午後2時から4時15分まで

場所:藤沢市役所本庁舎4階

4-4会議室

対象:藤沢市内在住・在勤・在学

講師:池澤 千夏氏

定員30名
事前申込み
先着順

★修了者には、認定証と
缶バッジをお渡しします

スクールカウンセラー

公認心理士、社会福祉士

問い合わせ・申し込み

藤沢市保健所 保健予防課 精神保健担当

電話 0466 (50) 3593 FAX 0466 (28) 2121