



藤沢記者クラブ各位

記者発表資料  
2026年(令和8年)1月26日

大好評につき第2弾！

## 心のサポーター養成研修 ～あなたも心のサポーターになりませんか～

2025年(令和7年)10月30日(木)に開催した「心のサポーター養成研修」は、定員を大きく上回るお申し込みをいただきました。多くのご要望にお応えし、このたび第2弾を開催いたします。

心のサポーター(ここサボ)とは、メンタルヘルスや精神疾患への正しい知識を身につけ、地域や職域で心の不調を抱える方やその家族に対し、無理のない範囲で寄り添い・傾聴を中心に支援する市民サポーターです。特別な資格は不要で、本研修を受講することで「心のサポーター」として認定されます。(参加費無料)

研修修了者には、認定証と缶バッヂをお渡しします。



「身近な人のSOSを見逃したくない。」  
「小さくても、何か自分にできることをしたい。」  
「そんな方にお勧めの研修なんだキュン♡」  
初参加の方が優先キュン！

日 時：2026年2月24日(火)午後2時から4時15分まで

場 所：藤沢市保健所3階 大会議室

**定員80名**

**(事前申込み、先着順、  
初参加の方優先)**

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、公認心理師、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

電話またはふじまどイベントプラットフォームより申込み



【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・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

第2弾

心ここサポ

～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: 2026年2月24日(火)

午後2時から4時15分まで

場所: 藤沢市保健所3階大会議室

(藤沢市鵠沼 2131-1)

対象: 藤沢市内在住・在勤・在学

講師: 池澤 千夏氏

定員80名  
事前申込み  
先着順

スクールカウンセラー

公認心理師、社会福祉士



★修了者には、認定証と  
缶バッヂをお渡しします

## 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 裏面参照

ふじまどイベントプラットフォームより申込み

