

登別市「生きることを支えあう」 自殺対策講演会&マンドリン演奏会

物価の高騰など不安定な社会情勢において、さまざまな不安や悩みを抱える人がいるなか、自分自身や家族などの心身の健康を保つためにできることを学び、マンドリン演奏に癒されリフレッシュしませんか。

日 時

7月2日(木) 14時~15時40分

場 所

登別市総合福祉センターしんた 21
2階多目的ホール（登別市片倉町6丁目9番地1）

内 容

14時~
15時

講演 こころに寄り添う傾聴について（仮）

講師 精神保健福祉士 ^{さ さ き} 佐々木 ^{りょう} 涼さん

生きづらさで悩んでいる方に寄り添い『聞き上手』となれるような『傾聴』の仕方について、精神保健福祉士である講師から、分かりやすくお伝えします。

15時
10分~40分

マンドリン演奏

演奏 コンパニア・デ・マンドリーナ

有名な曲をはじめ、たくさんの楽しい曲をマンドリンで奏でます。マンドリンの音楽によるリラクゼーション効果で、心と体を癒してリフレッシュすることで、ストレスの軽減につながります。

定 員

80人

申し込み

7月1日(水)までに申し込みフォーム
または電話で健康推進グループまで



▲申し込みフォーム

申し込み・問い合わせ
登別市保健福祉部健康推進グループ
（総合福祉センターしんた 21 内）
TEL 0143-85-0100

