

## 心のサポーター養成研修@とちぎ

誰もがこころの不調を経験する時代。

手を止めて、相手にそっと寄り添い、心の負担を軽くする。

そんなちょっとしたコツやご自身の心のケアのコツを学んでみませんか。



回	開催日時	申込締切	共通研修	選択研修	講師
1	11月5日(火) 19時~21時	11月4日(月)	●心のサポーターの紹介 ●こころの病気の実際 ●こころの病気からの回復 ●こころをサポートする方法	こころの病気について学ぶ	日本精神科看護協会栃木県支部 事務局長 鈴木 太 氏
2	11月19日(火) 14時~16時	11月12日(火)		ストレスコーピングでセルフケア	栃木県精神保健福祉士協会 会長 稲見 聡 氏
3	12月1日(日) 10時~12時	11月24日(日)		こころの病気について学ぶ	日本精神科看護協会栃木県支部 事務局長 鈴木 太 氏
4	12月17日(火) 14時~16時	12月10日(火)		ストレスコーピングでセルフケア	福祉コラボちむぐくる とちぎステップ家族相談室室長 渡邊 厚司 氏
5	1月11日(土) 10時~12時	1月4日(土)		こころの病気について学ぶ	日本精神科看護協会栃木県支部 事務局長 鈴木 太 氏
6	1月28日(火) 10時~12時	1月28日(火)		ストレスコーピングでセルフケア	栃木県精神保健福祉士協会 会長 稲見 聡 氏
7	2月11日(火) 14時~16時	2月4日(火)		こころの病気について学ぶ	福祉コラボちむぐくる とちぎステップ家族相談室室長 渡邊 厚司 氏
8	2月18日(火) 19時~21時	2月11日(火)		こころの病気について学ぶ	日本精神科看護協会栃木県支部 事務局長 鈴木 太 氏
9	3月2日(日) 10時~12時	2月23日(日)		ストレスコーピングでセルフケア	日本精神科看護協会栃木県支部 事務局長 鈴木 太 氏
10	3月18日(火) 14時~16時	3月11日(火)		ストレスコーピングでセルフケア	栃木県精神保健福祉士協会 会長 稲見 聡 氏

※お申し込みは上記 10 回の中から希望する回を 1 つ選んでください。(10 回 1 コースではありません。)

※各回定員 80 名

※研修会受講者には後日申込メールアドレス宛に認定証が送付されます。

※開催日の 3 日前までに電子メールにて Zoom のアカウントを送付いたします。

詳細や申込み方法については  
裏面をご覧ください。



## 詳細・申込方法等について

**開催方法**：オンライン（Zoom）

**対象**：県内在住、在勤、在学の方（子どもから大人まで）

**参加費**：無料

**申込先**：<https://form.run/@booska--jtH6gekB15IZKYmpn8Ds>

**問合せ先**：一般社団法人日本精神科看護協会栃木県支部

鈴木宛（TEL 090-7805-5643）

栃木県保健福祉部障害福祉課精神保健福祉担当（TEL 028-623-3093）

※お問い合わせの際には、「心のサポーター養成研修の件」とお伝えください。

【主催】栃木県

【実施】一般社団法人日本精神科看護協会 栃木県支部



↑こちらのQR

コードからも申込可

## 講師紹介

### 福祉コラボちむぐる とちぎステップ家族相談室 室長 渡邊 厚司 氏



#### 【講師プロフィール】

精神保健福祉士・社会福祉士・作業療法士、相談支援専門員、修士（福祉心理学・東北福祉大学）。

1989年 栃木県入職後、栃木県立岡本台病院などの精神科医療機関、医療福祉専門職の養成教育機関などを経て、現在、一般社団法人福祉コラボちむぐる とちぎステップ家族相談室室長。

他、栃木県精神保健福祉センター、栃木県中央児童相談所、栃木県県北児童相談所、法務省喜連川社会復帰促進センター等でも非常勤専門職としてメンタルヘルスの臨床に従事し続けています。

### 栃木県精神保健福祉士協会 会長 稲見 聡 氏



#### 【講師プロフィール】

精神保健福祉士・社会福祉士・准看護師・公認心理師。

1990年 医療福祉法人報徳会宇都宮病院に入職し、相談支援業務に従事。グループホームの世話人・サービス管理責任者の経験を経て、現在、同病院の総合支援課長。

現在は一般社団法人栃木県精神保健福祉士協会会長 兼 公益社団法人日本精神保健福祉士協会 栃木県支部長就任。

他、栃木県自殺対策連絡協議会、栃木県自立支援協議会、栃木県災害福祉広域支援協議会の委員を担っています。

### 日本精神科看護協会栃木県支部 事務局長 鈴木 太 氏



#### 【講師プロフィール】

精神科看護師。

1981年 医療福祉法人誠之会氏家病院に入職し、看護業務に従事。

病棟師長、看護部長の経験を経て、現在、一般社団法人癒しの風訪問看護ステーション所長。

日本精神科看護協会栃木県支部長を経て、現在は同協会栃木県支部事務局長。

他、さくら市民活動支援センターなどで活動中。