

ココサポ

こころは見えない。
だから、聴く。

～出前講座～

費用無料

ココサポ(心のサポーター) 養成講座



対象

市内在住・在勤・在学
10名以上のグループ

対応日時

原則
平日10時～16時

会場

柏市内
(オンラインは要相談)

※会場は申込者様で
ご用意ください



内容

心のサポーター養成研修(90分)
+ 選択研修(30分)

- ※選択研修は、以下より1つ
- ①こころの病
 - ②ストレスコーピングによるセルフケア

受講者には
「心のサポーター認定証」
を発行します。



※実施予定日の1か月前までに下記へお申込みください

申込み・問合せ

柏市保健予防課 精神保健福祉係
柏市柏下65-1(ウェルネス柏内)

TEL:04-7167-1254
FAX:04-7167-1732