

令和7年度

心のサポーター養成研修

主催：大阪市、厚生労働省
共催：大阪産業保健総合支援センター
実施：大阪市



開催日：令和7年**10月27日**（月）

令和8年**1月27日**（火）

※両日ともに同じ内容です
いずれかご都合の良い日をご希望ください

時 間：14：00～16：00（受付開始 13：30）

はじめまして。

心のサポーター養成事業では
こころの不調に悩む人をサポートする
「心のサポーター」を日本全国に
広げていく取り組みをしています。

「心のサポーター」といっても
むずかしい資格や専門知識は要りません。
いつか役立つメンタルヘルスの基礎や、
人の悩みを聴くスキルを学びます。

誰もがこころの不調を経験する時代。
そのサインに気づける周りの人や、
こころの応急手当のできる人を
増やしていくことがとても大切です。

メンタルヘルスの理解を広めていき、
こころの不調で悩む人が話しやすい環境
をこのアクションからつくっていきます。

**こころは見えない。
だから、聴く。**

◆会 場：エル・おおさか本館 7階 708会議室
（大阪市中央区石町2-5-3）

◆講 師：心のサポーター養成研修 指導者
（所属：大阪市こころの健康センター職員）

◆対 象：産業保健スタッフ、人事労務担当者等企業
での相談支援担当等、メンタルヘルス対策
に興味関心のある方（大阪市在住・在勤）

◆定 員：50名（先着順）定員になり次第受付終了

◆受講料：無料

◆申 込：メール（kokoro@city.osaka.lg.jp）

- ・受付期間は各回1週間前まで
- ・受講希望日・氏名・住所・年代（例：40歳代）
当日の連絡先を明記してください

【備考】

- ・障がいに関する配慮が必要な場合は、あらかじめご相談ください
- ・受講者には、後日認定証（データ）を交付します
※15分以上の遅刻及び早退をされた受講者には、認定証を交付することができませんのでご注意ください



<https://cocosapo.mhlw.go.jp/>

申込・問合せ先

大阪市こころの健康センター

電 話：06-6922-8520

メール：kokoro@city.osaka.lg.jp