

令和7年度 自殺対策支援者研修

# うつ病の早期介入と自殺予防

～ メンタルヘルス・ファーストエイドの理解と活用 ～

日々の相談支援業務において、精神的に追い込まれている相談者に出会うことは少なくありません。そのような相談者に出会ったとき、対応に苦慮したり、あるいは心理的に危機的な状況にあることに気づけなかった、という経験は多いのではないのでしょうか。

そこで、支援者の種別を問わず、うつ状態にある人を専門機関につなぐ前の初期対応と、「メンタルヘルス・ファーストエイド(うつ病)」(※)について研修を開催します。

メンタルヘルス・ファーストエイドについて学び、相談支援業務に活用することは、適切な支援につながるだけでなく、支援者のメンタルヘルスを支えるものとなります。自分自身のこととして一緒に学んでみませんか。

(講師)

産業医科大学病院 精神保健福祉士 末永 卓也 氏

日時 令和7年10月10日(金) 9:30~12:15 (受付9:00~)

会場 総合保健福祉センター 2階 講堂 (北九州市小倉北区馬借一丁目7番1号)

対象者 各種相談窓口・機関等において相談・支援に従事する人  
(職種や窓口・機関の種別は問いません)

保健、医療、福祉、生活保護、消費生活、介護、家庭・男女問題、子育て、若者支援、労働・就労支援、法律、経済問題、従業員等の健康管理、民生委員・児童委員、ボランティア等、市民等の相談・支援業務にあたる人すべて

申込み 裏面の電子申請(スマらく窓口)にてお申込みください。  
ネット窓口のご利用が難しい場合は、お電話でも受け付けます。

定員:40名 / 申込期間:9月3日(水)~9月30日(火)

※応募多数で参加できない場合のみ、ご連絡させていただきます。



※「メンタルヘルス・ファーストエイド(こころの応急処置)」とはメンタルヘルス(心の健康)問題を抱える人に対して、専門家による支援の前に提供する初期支援のこと。オーストラリアではすでに十数万人もの市民が習得し、精神保健に貢献しています。治療者になるために学ぶのではなく、心の健康にかかわる症状をどのように認識し、初期支援を提供し、適切な専門家支援へ導くかを学ぶためのものです。

お申込みは、『北九州市ホームページ』の電子申請(スマラク窓口)をご利用ください。

(パソコンをご利用の方)

<https://ttzk.graffer.jp/city-kitakyushu/smart-apply/apply-procedure/1075065144348987378>

(スマートフォンをご利用の方) 下記の二次元コードを読み込んでください。



《お願い》

- お申込み後にキャンセルされる場合は、ご連絡ください。
- お越しの際は公共交通機関をご利用ください。

## 申込み方法

【北九州市公式ホームページ】からのお申し込みが便利です。

ステップ1	ステップ2	ステップ3
<p>よく利用される情報</p> <p>①北九州市ホームページの「よく利用される情報」から「スマラク窓口」をクリック。</p>	<p>②「イベント・講座等の申込み(市政だより掲載)」をクリック。</p>	<p>③検索窓に研修名を入れて検索！</p>

<問い合わせ・申込先>

北九州市いのちとこころの支援センター (担当:渡邊、古沢)

〒802-8560 小倉北区馬借一丁目7番1号(精神保健福祉センター内)

TEL:093-522-8744 ・FAX:093-522-8776