



札幌市立大学 セミナー 「こころの健康講座～やさしく学ぶメンタルヘルス～」

- 概 要：本講座では、メンタルヘルスの基礎的な知識の理解について、市民の方と一緒に深める場としたいと考えています。ご自身や、周りの方のこころの健康について考える機会を全3回にて開催します。
【第1回】やさしく学ぶメンタルヘルス；こころの健康を守るために
【第2回】対話による社会的処方とこころの健康づくり
【第3回】気分障害を学んでこころの健康づくりを考える
- 対 象：メンタルヘルスについて関心のある方
- 日 時：【第1回】2025年 11月1日（土） 13：30～14：45
【第2回】2025年 11月15日（土） 13：30～14：45
【第3回】2025年 12月6日（土） 13：30～14：45
- 講 師：【第1回】渋谷 友紀（札幌市立大学 看護学部 助教）
【第2回】石橋 佐枝子（札幌市立大学 看護学部 准教授）
【第3回】守村 洋（札幌市立大学 看護学部 准教授）
- 会 場：札幌市立大学サテライトキャンパス
（札幌市中央区北4条西5丁目 アスティ45ビル 12階）
- 資 料 代：無料
- 定 員：各回40名
- 受付開始：【第1回】【第2回】2025年 9月12日（金）～各回開催前日
【第3回】2025年 11月11日（火）～開催前日
（受付時間9：00～17：00）
- 申 込 方 法：必要事項をご記入の上、下記《お申込み・お問い合わせ先》まで
申込フォーム、TEL、FAXでお申込ください。
① 講座名
② 氏名（※領収書・名簿作成のため漢字・ふりがなをお知らせください）
③ 住所（市区町村）
④ 電話番号
⑤ ご職業
⑥ メールアドレス
※お伺いする情報は、参加者名簿（記録用・講師用）の作成、主催者からの連絡・案内のみに利用させていただきます。
※体調不良の方、熱がある方は当日の参加をご遠慮ください。

《お申込・お問い合わせ先》

申込フォーム、または下記宛先へお電話、FAXにて『講座名・氏名・連絡先住所・電話番号・ご職業』をお知らせください。

※お伺いする情報は、参加者名簿（記録用・講師用）の作成
主催者からの連絡・案内のみに利用させていただきます。



申込みフォーム

https://www.acu-h.jp/sapporo/archives/manabi_share/

札幌市立大学サテライトキャンパス

TEL:011-218-7500, FAX:011-218-7507

