



コロナ禍で「こころの不調」が増加中!  
あなたの身近な人は大丈夫?

# 今こそ知りたい、こころの応急手当 「動画で学ぶゲートキーパー」

制作協力：國井昭男（臨床心理士）

「ゲートキーパー養成講座」として  
いつもは1時間半で行う内容を、  
約16分にギュッとまとめました!



YouTube 名護市公式チャンネルで配信中  
←QRコードまたはURL  
<https://youtu.be/5-1b1zyWnuE>

## ゲートキーパーとは…

身近な人が悩んでいるときに、  
「気づき、声をかけ、話をきき、  
必要な支援につなぎ、見守る」  
ことで、自殺を防ぐ役割の人です。

視聴アンケートにも  
ぜひご協力ください



回答はこちら

名護市役所社会福祉課 こころの健康相談員

電話・来所相談、出張講座などのお問い合わせは

0980-53-1215