こころの健康づくり
出前講座のご案内

1 対 象 者　市内の団体、地区等（10 名以上で聴講ができる場合にご利用ください）

2 内　　容　こころの健康に関する講演、講話（対象や希望に合わせて内容を決定します）

例
- 悩みを抱える人への対応・傾聴の仕方
- ストレス反応について
- うつ病予防について
- リラックス法



3 講　　師　精神科医、臨床心理士、精神保健福祉士等（対象と内容によって講師を選定します）
※ただし、1 時間未満の講演をご希望の場合、健康増進課職員による「こころの健康づくり」全般の講座とさせていただく場合があります。

4 実施日時　令和8年6月～令和9年2月までの期間
講義時間は1時間～1時間 30 分程度
※申込み順です。
申込の重複等により講師の調整が困難な場合や、申込みが多数になった場合、期間中でもお断りする場合がありますのでご了承ください。

5 実施方法　希望される場所へ講師・スタッフが出向き、講座を実施します。
費用は無料です。

6 申 込 み　希望される場合は、**開催希望日の2か月前まで**に電話または FAX でお申込みください。
申込みフォームからも可能です。 こちら→



まずはお気軽に
お問い合わせください

【問い合わせ・申込先】
黒部市健康増進課
〒938-8555　黒部市三日市 1301
電話　0765－54－2411
FAX 0765－54－2519

＜一般向け＞こころの健康づくり出前講座申込書

黒部市健康増進課　宛

令和　　年　　月　　日

出　前　講　座　申　込　書

団体等名称	
電話番号	
担当者ご氏名	
開催希望日時	令和　　年　　月　　日　　時　　分～　　時　　分
希望講演時間（質疑含む）	
開催希望場所	
参加予定人数	名
希望の講義テーマ等ありましたらご記入ください	

○　電話または上記に必要事項を記入しFAXでお申し込みください。

○　申込受付後、黒部市健康増進課から連絡し、開催日時など詳細について調整させていただきます。

【問い合わせ・申込先】
黒部市健康増進課
〒938-8555　黒部市三日市１３０１
電話　０７６５－５４－２４１１
FAX　０７６５－５４－２５１９