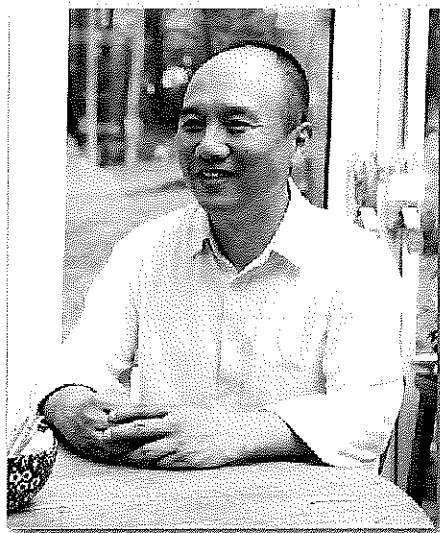


# あなたも大切な人も こころが ほっと 楽になる方法



～忙しく働くあなたと大切な人に伝えたいこと～

さわ と かず お

講師：澤登和夫氏（通称さわとん）

（株式会社ありがトン 代表）

プロフィール うつ専門カウンセラー・精神保健福祉士

会社員時代に過労と心労をきっかけにうつ病を発症、以後5年半にわたり重度のうつ病生活を送る。現在は、うつを乗り越え、カウンセラーとして活動、全国各地で自殺対策などの講演を行っている。著書に「人生をやめたいと思ったとき読む本」（東洋経済新報社）等。その活動は、多数のメディアで取り上げられている。

◆日時 平成30年 9月23日（日・祝） 午後2時～4時

◆場所 小田原市保健センター  
3階 大研修室（裏面地図参照）  
※公共交通機関でのご来場をお願いします

◆その他 入場無料（定員180名）事前申込み  
手話通訳あり

「講演会」「こころとくらしの相談会」については、  
神奈川県のホームページでもご覧いただけます。

神奈川県 自殺対策講演会



◇主催：神奈川県、小田原市

◇後援：かながわ自殺対策会議、小田原市・箱根町・真鶴町・湯河原町地域障害者自立支援協議会

## 同日開催 「こころとくらしの相談会」

日時 9月23日（日・祝） 午前9時30分～12時30分

場所 小田原市保健センター 2階

こころの病、経済的なこと（生活苦・多重債務）等について専門の相談員が複数でお受けします。（無料）

主催：神奈川県精神保健福祉センター

共催：神奈川県小田原保健福祉事務所・小田原市

どこに相談してよいか  
わからない…  
そんな悩みはありませんか？

【要予約】お問合せ・お申込みは下記へお電話・FAX（裏面参照）で

◆お問合せ 神奈川県精神保健福祉センター 相談課

◆お申込み 裏面をご覧ください

TEL. 045-821-8822（代表）

FAX. 045-821-1711

## お申し込み方法

9月19日(水)までに次の方法でお申し込みください

①電話：045-821-8822 (受付時間 8時30分～17時15分まで)

②FAX：045-821-1711 (神奈川県精神保健福祉センター 相談課 宛)

FAX表でお申し込みの際には、次の記載欄に参加者氏名、電話番号を必ずご記入の上、送信してください。(ご提供いただいた個人情報は、「講演会」「こころとくらしの相談会」の管理運営のみに使用いたします)

### ○「講演会」申込み

参加者氏名	ふりがな	電話番号	※よろしければお住まいの市町村をご記入ください。

### ○「こころとくらしの相談会」申込み

参加者氏名	ふりがな	電話番号	※よろしければお住まいの市町村をご記入ください。
相談希望時間 (○をしてください)	9時30分～	10時30分～	11時30分～

※相談時間は50分です。  
※相談内容については、事前に確認のご連絡をいたしますので、必ず電話番号をご記入ください。

## 会場案内

小田原市保健センター  
(小田原市酒匂2-32-16)

### アクセス

○JR鴨宮駅 南口下車徒歩15分

○箱根登山バス

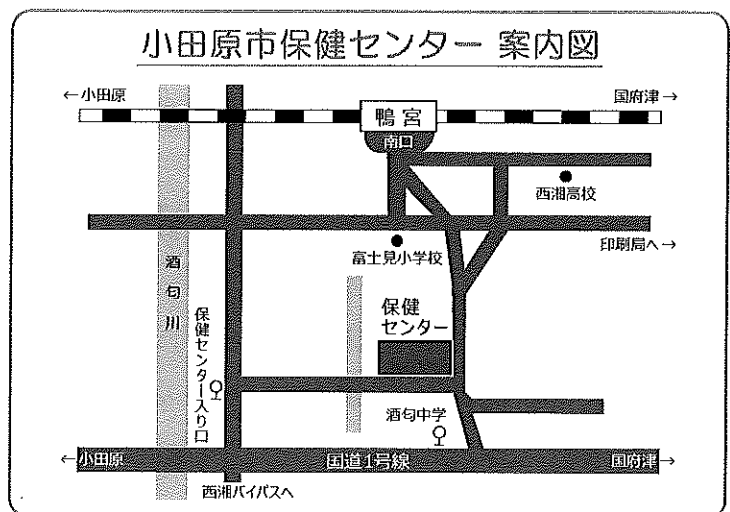
(小田原駅～国府津駅)

「酒匂中学」下車徒歩5分

(小田原駅～鴨宮駅～国府津駅)

「保健センター入口」下車徒歩3分

～公共交通機関をご利用ください～



## かながわ自殺対策会議

自殺対策推進のため、様々な関係機関や民間団体、行政機関で構成された会議で神奈川県、横浜市、川崎市、相模原市が構成機関として関わっています。

## 『気づいてください！体と心の限界サイン』

九都県市「自殺対策キャンペーン」統一標語 (埼玉県・千葉県・東京都・神奈川県・横浜市・川崎市・千葉市・さいたま市・相模原市)