

令和 8 年度ゲートキーパー養成講座の開催について  
～誰も自殺に追い込まれることのない阿見町の実現を目指して～

現在、日本における自殺者数は依然として高い水準にあり、社会全体での精神的支援や予防の重要性が高まっています。こうした現状に対して、私たち一人一人ができることは何か。それが「ゲートキーパー」としての役割です。

ゲートキーパーとは、危機的状況にある人々を早期に発見し、適切な支援へとつなげる重要な役割を果たす人々を指します。精神的な支援が必要な方に寄り添い、専門的な支援へと導くための知識やスキルを学ぶことができる本講座は、昨年度から内容を一步踏み込み、基本から実践的な内容となっております。

どなたでも気軽にご参加いただけますので、ぜひご参加ください。

〔講座概要〕

日時： 2026 年 10 月 27 日（火） 13：30～14：30（約 60 分間）

場所： さわやかセンター2 階 大会議室（阿見町阿見 4671-1 阿見町総合保健福祉会館）

定員： 100 名

参加費： 無料

講師： 森本 美花 様

（NPO 法人ゲートキーパーTONARINO／理事長 精神保健福祉士・公認心理師）

〔タイムスケジュール〕

| 時間   | 項目                 | 内容                                               | 備考       |
|------|--------------------|--------------------------------------------------|----------|
|      | <b>導入</b>          |                                                  |          |
| 5 分  | アイスブレイク            | 講師自己紹介、アイスブレイク                                   | 体験       |
|      | <b>自殺に関する知識</b>    |                                                  |          |
| 15 分 | 日本の自殺に関する知識        | クイズを用いた参加型でデータ等を用いた国の自殺を取りまく現状を知る（子どもを取り巻く状況を含む） | 参加<br>講義 |
|      | <b>ゲートキーパーとは</b>   |                                                  |          |
| 20 分 | ゲートキーパーとは？         | ゲートキーパーとは何かを知る                                   | 講義       |
|      | 気づく                | 身近な人の変化に気づくために                                   | 講義       |
|      | 声かけ                | 悩んでいる人に声をかけるコツを知る                                | 講義       |
|      | 話をきく               | 傾聴とは何かを知り、体験する                                   | 講義       |
|      | つなぐ・見守る            | 専門機関への繋ぎ方                                        | 講義       |
|      | <b>私の中のゲートキーパー</b> |                                                  |          |
| 10 分 | 体験談                | ゲートキーパーのマインドを体感                                  | 講義       |
|      | <b>まとめ・ふりかえり</b>   |                                                  |          |
| 5 分  | 今日から私たちにできること      |                                                  | 講義       |
| 5 分  | Q&A                |                                                  | 参加       |
|      | 終了                 |                                                  |          |

～問い合わせ先～

阿見町社会福祉課 TEL 029-888-1111 FAX 029-887-9560