



手を止めて、相手のほうへ体を向ける。
そんな、ちょっとしたコツを聞きにき
ませんか。

身近な人のSOSを見逃したくない、
小さくても、何か自分にできることをし
たい
心のサポーター養成研修は、
そんなあなたのための2時間です。

#心のサポーターはじめました
<https://cocoroaction.jp>

心のサポーター養成研修

日時：令和7年**11月15日**（土）
10：00～12：30

場所：すすき野地域ケアプラザ
（青葉区すすき野1－8－21）
2階 多目的ホール

定 員：20名（要申込・先着順）
料 金：無料
申込み：すすき野地域ケアプラザ
（909－0071）

* 既定の時間を受講された方は
「ココサポデジタル認定証」が
交付されます。

こちらからも
お申込できます



<https://forms.gle/M2LiQ34kftL2W5R88>

※駐車場のご用意ができないため、公共交通機関をご利用ください。

【共催】青葉区福祉保健センター・すすき野地域ケアプラザ