

# 令和6年度

## 若年者のこころの健康づくり研修会

大人になるために、こころも体も急激に成長するこの時期には、こころのバランスを崩しやすくなります。また、新型コロナウイルス感染症や自然災害など、環境の変化を伴いながら様々なストレスを抱えていると推測されます。

若年層のこころの不調のサインに気づき、回復力を高めるために周りの支援者が知っておきたい内容について学ぶことを目的とし、研修会を開催します。

**内容：**「10代のメンタルヘルスについて」

**講師：**三重県立こころの医療センター

ユース・メンタル・サポートセンター

生駒 加奈 氏

**日時：**令和6年8月20日（火）13:00～14:30

**対象：**教育関係者、職域関係者、興味のある方  
（定員 300回線）

**方法：**Zoomミーティングによるオンライン形式

<申し込みについて>

締切：令和6年8月9日（金）

※定員を設けておりますので、早めにご登録ください。

方法：URL又は二次元コードから事前登録をお願いします。



<https://pref-mie-lg->

[jp.zoom.us/meeting/register/tJlrdOqtqTlvEtXfSpjvkPmiMNg\\_DAHHFMXG](https://pref-mie-lg-jp.zoom.us/meeting/register/tJlrdOqtqTlvEtXfSpjvkPmiMNg_DAHHFMXG)

- ・必要事項をご記入の上、登録ボタンをクリックしてください。
- ・事前登録が完了すると、入力いただいたアドレスにZoomミーティングの情報が送信されます。
- ・研修の2～3日前までにはご登録いただいたアドレスに講義資料をお送りいたします。

※メールの受信制限をされている場合は、@zoom.usの受信許可設定をお願いします。

※当日は12:30から入室可能です。

**主催：**三重県津保健所

**<事務担当>** 三重県津保健所 健康増進課 059-223-5184（担当：板谷、大川）