

ひとりじゃないよ

～つながりが命を救う～

人付き合いのヒントを聞いてみませんか

家族、友人、近所の人・・・あなたは地域の中で毎日誰かとお話しをしていますか？

人と人がつながりあうにはどうしたらいいのでしょうか。地域におけるつながりが希薄化している中、集団精神療法（※1）に長年関わってきた精神科医師の橋本誠氏から「人と人がつながる地域のコミュニケーション」についてお話しいたします。人との付き合い方でプラスになれるヒントが得られます。どなたでもご参加できます。ぜひご参加ください。

受講
無料

先着
200名

日時 ▶▶ 令和7年 9 月 19 日（金）

午後 1:30～3:00

会場 ▶▶ 湯沢ロイヤルホテル

申込 ▶▶ 9月12日まで電話または申込フォームから申し込みください。



講師

精神科医師 橋本 誠 氏

演題

対話の力～お互いさま～

秋田大学医学部卒業。秋田赤十字病院に30年、精神科訪問診療に約5年従事し患者さんのメンタルサポートに携わる。集団精神療法（※1）に長年関わってきた。現在は自遊空間「ゆっくりん」ボランティア等、活躍の場を地域に移している。

（※1）集団精神療法：同じような悩みや問題を抱える人が集まり、互いの経験や感情を共有し、自己理解を深め、問題解決を支援していく精神療法の一種。

申込・お問合せ 湯沢市健康対策課 電話 0183-73-2124