

令和7年度 心の健康啓発事業  
こころの健康づくり講演会

# 当事者と学ぶこころの病気 ～苦しいとき、楽しいとき、ありのままの自分で～

## <講師>

合同会社すみか 留萌地域生活支援センター  
のじま まさあき  
センター長 野嶋 督昭 氏  
ピアサポーターのみなさん



## ピアサポーターとは？

精神障害を経験した当事者で、自身の経験を活かし、似た境遇にある人の生活を当事者目線で支援する人のことです。

留萌圏域では、令和2年度からピアサポーターによる様々な活動を行っています。

日時：令和8年1月29日（木）

13：30～15：30（13：00受付開始）

場所：留萌市保健福祉センターはーとふる  
2階 多目的ホール

募集人数：36名

講演内容：講話（講演後、ご希望の方は、講師や  
ピアサポーターさんとの交流もできます）

申込期間：1月22日（木）まで

※定員になり次第、締め切らせていただきます

健康に役立つ情報  
発信中



留萌市公式 LINE  
友だち追加お願いします

## 【申込み・問い合わせ】

留萌市保健医療課

保健指導第2係 ☎ 49-6050