

# 相談力・受援力を高めたい！

あなたに備わる相談力を引き出すには？

開催日時

2023年3月31日（金）15:00～17:00

※後日オンデマンド配信いたします。詳しくは裏面へ

困ったときやつらい時などに誰かに相談する・頼るなど、SOSを出すことは意外と難しかったりします。相談できない、あえて相談しないなど、理由はさまざまだと思います。

このセミナーでは、「こころの元気+」2022年6月号(184号)「相談力を高めたい！」の特集にもご執筆いただいた、吉田穂波さんをお迎えして、相談力・受援力を高め「頼りじょうずになる」ヒントについてお話いただきます。



## 講師：吉田穂波 さん

神奈川県立保健福祉大学  
ヘルスイノベーション研究科 教授

11年間産婦人科医として勤務後、ドイツ・イギリスでの臨床経験を経てハーバード公衆衛生大学院留学。帰国直後に起こった東日本大震災で産婦人科医として被災地の妊産婦や新生児の救護に携わったのち、国立保健医療科学院、神奈川県をはじめとした官公庁や多数の自治体で母子保健領域の公共政策に携わり、2019年より現職。著書に、『「時間がない」から、なんでもできる!』（サンマーク出版）、「ママドクターからの幸せカルテ—子育ても仕事も楽しむために」（西村書店）、『「つらいのに頼れない」が消える本——受援力を身につける』（株式会社あさ出版）、『「頼る」スキルの磨き方』（KADOKAWA出版）ほか多数。4女2男の母。

★お申し込み方法など詳細は★  
裏面をご覧ください！

主催

認定特定非営利活動法人  
地域精神保健福祉機構

詳しくはコンボの  
ウェブサイトで



## 相談力・受援力セミナー：お申し込み方法など

### ◆お申し込み方法◆ ※申込締切 2023年3月29日（水）

- Peatixよりお申し込みください  
（クレジットカード決済、コンビニ支払に対応）。



<https://jyuenryokucomhbo.peatix.com/>

- ☆ お支払い後のキャンセルにつきましては、ご返金いたしません。ご了承ください。
- ☆ お申し込みの個人情報は各種手配・手続き、COMHBOからの各種お知らせ以外には使用いたしません。

### ◆開催日時◆

2023年3月31日（金） 15:00～17:00 開始15分前から接続可能

◆オンデマンド配信◆ ※参加申込された方が対象の限定公開です

2023年4月3日（月） 正午～4月27日（木）

☆配信期間中は何度でもご覧いただけます☆



### ◆参加費◆

参加種別	参加費
コンボ賛助会員	1,000円
一般	1,500円
コンボ賛助会員（書籍付き『こころの元気+2022年6月号「特集：相談力を高めたい」』）	1,500円
一般（書籍付き『こころの元気+2022年6月号「特集：相談力を高めたい」』）	2,000円

### ◆オンライン配信について◆ パソコン、スマートフォン、タブレットで視聴

- オンライン講演会システムZoomウェビナーを使用します（視聴している方の映像は画面に映りません。）
- お申し込みいただいた方には、配信開始前日にURLとパスコードをお送りします。

### ◆注意事項◆

本セミナーのURLや配布資料の第三者への提供、ならびに録音、録画・撮影（スクリーンショットなど）は固くお断りいたします。

☆お問い合わせ☆コンボ 〒272-0031千葉県市川市平田3-5-1 トナックスビル2F  
E-mail: [actipscenter@gmail.com](mailto:actipscenter@gmail.com) TEL: 047-320-3870