

# こころが傷ついているあなたへ

## ～傷つきからの回復のために必要なこと～

当事者による講演を通じて、傷つき体験からの回復に関する情報を得ること、自身の持つレジリエンス\*を高める方法、成長と回復の方法を学びませんか？  
こころの傷つきを体験した方、支援者となる地域の相談機関等の方々、ぜひご参加ください。

令和7年  
1月7日(火)  
13:00～16:00  
(開場12:30)  
**昭和 cultura 小劇場**  
(昭和区花見通1-41-2)

地下鉄「川名」下車  
2番出口より北へ徒歩2分  
市バス「昭和 cultura 小劇場」下車すぐ  
※公共交通機関をご利用ください。

※当日は手話通訳、要約筆記があります。

講師

NPO法人  
レジリエンス



中島幸子



西山さつき

NPO法人レジリエンスは、DVや虐待、モラハラ、いじめ、パワハラ、その他さまざまな原因による心の傷つきやトラウマに焦点をあて、情報を広げる活動をしています。

\*レジリエンス (Resilience) とは、英語でいろいろな形の「力」を意味します。例えば、回復力、復元力、元気、快活、弾力、反発などです。「レジリエンス URL <http://resilience.jp/>」より引用

定員

300名(申込先着順)

申込方法

令和6年11月18日(月)から

右記の二次元コード、  
または下記のURLから



<https://logoform.jp/form/mX9C/699217>



講演会後に、名古屋市精神保健福祉センター『こころばYouTubeチャンネル』で、講演会の内容を配信予定です。

【公開期間】 令和7年2月中旬～3月中旬予定  
※本動画の二次使用は固く禁じます

【主催・お問合せ先】 東保健センター 052-934-1218 昭和保健センター 052-735-3964  
各区の精神保健担当が承ります 熱田保健センター 052-683-9683 中川保健センター 052-363-4461

【後援】 名古屋市精神保健福祉センターこころば 【映像制作協力】 学校法人電波学園 名古屋工学院専門学校