

# 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？

《配信期間》

2023年4月6日（木）～5月7日（日）

※期間中何度でもご視聴いただくことができます。

困ったときやつらい時などに誰かに相談する・頼るなどは、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で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。

《配信チケット》

コンボ賛助会員：1000円

一般：1500円

主催

認定特定非営利活動法人  
地域精神保健福祉機構

お申込（申込締切：2023.4.30.）

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

