

令和6年度ちちぶ定住自立圏事業



秩父地域自殺予防フォーラム

動画配信

11月5日に開催した講演会の様子を YouTube 配信します！

【配信期間】 令和6年12月16日(月)～令和7年3月31日(月)

【視聴方法】 秩父市ホームページ「秩父地域自殺予防フォーラム」からアクセス →



がんばっているあなたへ
聴いてほしい

一心と命の いたわり方

講師：こころ元気研究所所長
株式会社エンパワーコミュニケーション代表取締役

鎌田 敏 先生

プロフィール ●かまた びん●

昭和43年生まれ。神戸大学卒業後、入社と同時にバブル経済が崩壊、いきなりリストラを経験。様々なアルバイト経験ののち、神戸大学大学院に進むが、卒業時に阪神大震災が襲う。神戸の地で「人生二度なし」の想いが心に刻まれる。その後、企業にて技術職、営業職、管理職に携わるが、パニック障害を発症し、格闘しながらの日々が続いた。様々な想定外の出来事を通して「人生は心のあり方ひとつでガラリと変わる」「自分から変わろうと行動することで扉は開く」ことに気づき、「こころ元気に積極的に生きる」ことの大切さを改めて深く心に抱く。平成17年3月「こころ元気研究所」を設立。すべての世代の笑顔と元気を応援すべく、こころ元気配達人として講演活動を始める。主な著書に「ストレスの9割はコントロールできる」「幸せな働き方-人と組織が輝くために続けたい習慣27のヒント-」「こころ元気に生きる-元気スイッチをONにする41の知恵-」などがある。

主催 秩父地域自殺予防フォーラム実行委員会

秩父市・横瀬町・皆野町・長瀬町・小鹿野町・秩父郡市医師会・秩父郡市歯科医師会・秩父郡市薬剤師会・つむぎ診療所・秩父公共職業安定所・秩父商工会議所・皆野町商工会・長瀬町商工会・西秩父商工会・荒川商工会・秩父市教育委員会・横瀬町教育委員会・皆野町教育委員会・長瀬町教育委員会・小鹿野町教育委員会・秩父市社会福祉協議会・横瀬町社会福祉協議会・皆野町社会福祉協議会・長瀬町社会福祉協議会・小鹿野町社会福祉協議会・秩父警察署・小鹿野警察署・秩父消防本部・秩父保健所・秩父市民生委員児童委員協議会・秩父郡民生児童委員協議会連絡会・高齢者相談支援センター・秩父市障がい者団体連絡協議会・秩父地域自立支援協議会・埼玉司法書士会秩父支部



問合せ先：TEL0494-22-0648(秩父市保健センター)