

## <講演会当日の様子>

### 【講演テーマ】

『悩みを抱える未成年への寄り添い方』  
～増えゆく若者の精神科受診背景・効果的なメンタルケア方法～

### 【開催地・日時】

横須賀市保健所保健予防課 ウェルシティ市民プラザ  
2024年2月21日水曜日 14:00～16:00

### 【参加者】

横須賀市ゲートキーパー登録者 60名程度

※ 「ゲートキーパー」

… 悩んでいる人に気づき、声をかけ、  
話を聞いて必要な支援につなげ、見守る人のこと。(横須賀市HPより抜粋)

### 【講演内容】

「若者の精神科受診理由・背景、うつ病について」

「悩みを抱える未成年者への寄り添い方・支援方法、精神科へのリファー方法」

「メンタルクリニック直伝 ストレスケア・コーピング方法」などについてお伝え。

### 【開催までの準備・打合せ】

準備・打合せ期間：初回お問合せをいただいてから約3ヶ月に開催。

※ 講演資料の準備日数はおよそ1ヶ月程度。



担当講師：  
ゆうメンタルクリニック  
治療アドバイザー  
水口高志