

令和7年度平取町健康増進計画（自殺対策計画事業）

令和7年度平取町PTA連合会研究大会

令和7年度平取町家庭教育学級研究大会

こころの健康講演会

自身のこころの在り方、また、誰かのこころに寄り添い、
できることを一緒に考えませんか？

講師： 奥田 かおり
(ソーシャルワーカー)

参加費無料

北海道医療大学
看護福祉学部 福祉マネジメント学科 講師

アメリカでソーシャルワーカーを学び、児童福祉関係のNPOにケースワーカーとして勤務。2004年に帰国、ソーシャルワーカーとして札幌市内の母子生活支援施設や札幌市若者研究総合研究センター現在勤務中。

対話実践の一つである当事者研究を主軸に様々な個別相談支援中。2015年からはさっぽろ若者応援ネットワークを立ち上げ、札幌市内の若者や若者を応援したい人で当事者研究活動を行っています。



日 程

2025年 9 月 11 日 (木)

時 間

18:00～19:30 (開場17:30～)

会 場

ふれあいセンター びらとり
(多目的集会室)

当事者研究とは・・・

北海道発祥の対話実践のアプローチです。自分と仲間と困っていることを真剣にでも楽しく研究するプロセスの中で対話が生まれ、ユニークな発見があります。私はこの取組で自分も周りも「楽になってる」と感じます。今回はここ数年でブームになりつつある子ども・若者たちの間で行われている当事者研究の事例をご紹介します。

お申し
込み先

平取町 保健福祉課保健推進係
TEL 01457-4-6112

※ただし、小中学校の保護者の方のお申し込みは各学校の教頭先生へ9月3日までにお申し込み願います。

あたまもからだもまるっとお元気診断 体力年齢を測定してみませんか？

★ 事前予約制です!! 予約申込締切は 9月4日(木)まで
定員になり次第申込受付が終了となります。

- ✓ 65歳以上の平取町民が対象です。
- ✓ 昨年参加された方も体力年齢が維持できているかを確認するために、ぜひ、今年も参加してください。
- ✓ 体力測定の所要時間は90分程度です。
- ✓ 動きやすい服装、上靴、タオル、飲み物をご持参ください。
- ✓ 体力測定会での結果は、後日返送します。

体力測定会の内容

- 握力（手の力） ● 足趾力（足の力） ● 開眼片足立ち（バランス）
 - 10m歩行 ● 30秒立ち座り ● 長座体前屈 ● 脳の健康チェック（※）
- ※ 音声案内に従い、画面を指でタッチして質問に答える簡単な検査、所要時間は10分程度。

【協働企画】北翔大学、NPO法人ソーシャルビジネス推進センター、コープさっぽろ、平取町

日程	場所	時間	定員
9月11日(木)	貫気別生活館	10時～11時30分（受付 9時30分～）	20名
	振内町民センター	13時30分～15時00分（受付 13時00分～） 15時00分～16時30分（受付 14時30分～）	20名 10名
9月12日(金)	ふれあいセンター	9時30分～11時00分（受付 9時00分～） 11時00分～12時30分（受付 10時30分～） 13時30分～15時00分（受付 13時00分～） 15時00分～16時30分（受付 14時30分～）	24名 24名 24名 24名

お申込み・お問合せ

保健福祉課保健推進係
☎ 01457-4-6112

受付時間
平日 8：30～17：15