

報道資料（記者会見）

令和 8 年 8 月 記者会見

1. 件名

「心の健康をもっと支え合えるまちづくりセミナー」を開催します

2. 内容（目的、日時、場所、特徴等）

「心の健康をもっと支え合えるまちづくりセミナー」を、以下のとおり開催します。

- (1) 目的 心の健康について学び、誰もが身近な人の「ちょっとした心の不調」に気づき合い、その輪を地域に広めていくため
- (2) 日時 令和8年9月16日（水）午後5時30分から午後7時30分
- (3) 場所 セントラルスポーツ生涯学習プラザ2階 多目的ホール
- (4) 内容 前半：心の不調について基礎を学べる公認心理師の講義
後半：気づき合いの輪を地域に広めるためのポスター作成ワークショップ
- (5) 対象 市内在住・在勤者

3. 過去・現在及び今後の展開

八千代市では、第2次いのち支えるまちづくりプランに基づき、こころの健康を維持し、ストレスやこころの不調を抱えた際の対処方法を理解する普及啓発のため、自殺対策講演会を毎年実施しています。

今年度は、自殺対策基本法に基づいた自殺予防週間（毎年9月10日から9月16日）に一般社団法人 福祉.tv と共催しセミナーを実施することとなりました。今後も、関係部署や関係団体等と協力・連携をしながら、総合的に対策を推進していきます。

4. 添付資料

チラシ

5. 主催・共催・後援

主催 一般社団法人福祉.tv

共催 八千代市

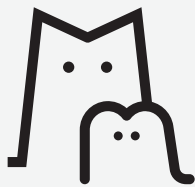
協賛 Rethink PROJECT（J Tがパートナー企業等とともにを行う地域社会への貢献活動の総称）

6. 問い合わせ先（住所、電話、担当課等）

八千代市健康福祉部健康づくり課

住所：八千代市ゆりのき台2-10

電話：047-483-4646（直通）



Mm PROJECT

Majority & minority think together

八千代セミナー

心の健康をもっと支え合える まちづくりセミナー

参加無料

身近な人の心の不調に気づき合えるまちになろう

本セミナーは、心の健康（メンタルヘルス）について学び、誰もが身近な人の「ちょっとした心の不調」に気づき合い、その輪を地域に広めていくための市民参加型セミナーです。

定員
50名

開催日時

2026年 9/16 水
17:30～19:30 17:00受付開始

開催場所

セントラルスポーツ生涯学習プラザ
2階 多目的ホール

八千代中央駅から徒歩約5分

〒276-0042 千葉県八千代市ゆりのき台3丁目7番3

アクセスはこちら



お申込みはこちらから

fukushi.tv/media/mm-project/seminar-yachiyo/

専門的な知識などは一切不要です。どなたでも気軽に楽しく参加できます。

右のQRコードからMm PROJECT八千代セミナーの参加応募特設ページに入ってください、ページ内の参加フォーム(Googleフォーム)からお申込みください。



テーマ：心の健康（メンタルヘルス）

THEME

身近な人の“ちょっとした心の不調”に気づける人の輪をこのまちに広めよう

Mm PROJECT は、こころが苦しくなる前の「ちょっと気になる」への気づきを大切にする取り組みです。本セミナーでは、身近な人のちょっとした心の不調に気づき、最適な窓口へ導いてあげるための知識を学び、さらにその気づき合いの輪を地域に広めるためのポスター標語をみんなで考えます！皆さんに出していただいた標語のアイデアは実際にポスターとして印刷され八千代市で活用されます！より良いまちづくりに向けて是非お気軽に参加ください！

タイムライン：全 120 分

TIMELINE

こんな方にオススメ

RECOMMENDED

【前半：公認心理師からの講義】

心の不調（精神疾患）について基礎を学べる講義

心の不調（精神疾患）について知り、身近な人の心の不調に気づくためのコツを公認心理師からわかりやすく学びます

50分

休憩

10分

【後半：ポスターアイデアワークショップ】

気づき合い輪を広げるためのポスター作成ワークショップ

心の健康への気づき合いの輪を地域に広げるためのポスター標語を参加者のみなさんのアイデアで作ります

60分

身近な人の心の健康（心の不調）に
もっと気づいてあげたいと思っている方

家族や子どもの異変に気づいてあげたい保護者

友達の異変に気づいてあげたい大学生・若者

職場の同僚の異変に気づいてあげたい会社員

会社の職員の異変に気づいてあげたい経営者

学校の生徒の異変に気づいてあげたい教職者

専門的な知識などは一切不要です。
どなたでも気軽に楽しく参加できます。

主催

Fukushi.tv

一般社団法人 福祉.tv

共催



八千代市

協力

がくサポ

NPO 法人多様な学生の支援を本気で考える会

協賛

Rethink PROJECT



Mm PROJECT については
こちらのサイトから
<https://fukushi.tv/media/about-mm-project/>



Mm PROJECT は、JT（日本たばこ産業株式会社）がパートナーの皆さまとともに、行う地域社会への貢献活動の総称である「Rethink PROJECT」の協賛のもと、一般社団法人 福祉.tv、八千代市、がくサポが共同で実施する地域に心の健康の輪を広げるためのプロジェクトです。

お問い合わせ先

福祉.tv 事務局：info@fukushi.tv

八千代市健康づくり課：047-483-4646