



# こころの健康づくり研修会



いのち  
支える

自分自身のこころの健康づくり、悩みを一人で抱え込まずにお互いに声を掛け合う大切さについて知る研修会です。

## ◆ こころ癒され、笑いあふれるお話と劇

“弥三郎”にのせておくる「秋田弁による嫁・姑のお話」

講師 谷 京子 と グループかぜ

## ◆ こころの健康クイズコーナー

記念品もあります。

(時間に余裕をもってお越しください。)



### 【日時】

令和7年 **12月5日(金)**

13:30~15:00

(受付 12:50~13:20)

### 【会場】

西木温泉ふれあいプラザ

**クリオン**

2階多目的ホール

### 【定員】 100名

定員になり次第締め切ります

### 【申込み】

**11月 28日(金) まで**

電話または FAX でお申し込みください

【申込み・問合せ先】 仙北市保健課

電話 0187-43-2252

FAX 0187-54-1117

### 【谷 京子さんのご紹介】

20代で目が見えない人のためのリーディングサービスを始め朗読に興味を持つ。趣味で朗読を続ける一方で障害がある人の詩に曲を付けて発表する「であいのこんさあと」を立ち上げ、今年46回目のコンサートを開催予定。

「谷さんのかばん」と称して各地で絵本を朗読。おはなしとうたの「グループかぜ」は、結成50年以上経つ。96年には三重県で行われた国民文化祭に参加、オーストラリア、カナダでの公演も経験。

その他、朗読グループ「ぬくもり」、「チェロと語りのコンサート」、山本周五郎の作品を語る会など主宰し県内外で活躍。自宅では、「谷さん家(ち)」と称して、朗読会を開催している。



## FAX送信票

### 「こころの健康づくり研修会」参加申し込み

◇送信先 仙北市市民福祉部 保健課 行き

◇FAX番号 54-1117

| お名前 | 地域名   | 連絡先<br>(電話番号) |
|-----|-------|---------------|
|     | 田・角・西 |               |
|     | 田・角・西 |               |
|     | 田・角・西 |               |
|     | 田・角・西 |               |
|     | 田・角・西 |               |

◇申込み期限 **11月28日(金)** までお願いします。

◇電話、FAXどちらでも承ります。

◇定員になり次第、参加申し込みを終了させていただきます。



いのち  
支える



#### 【お問合せ先】

仙北市市民福祉部 保健課

担 当 田口

TEL 43-2252

FAX 54-1117