

報道機関各位

長岡市福祉保健部健康増進課長



上手なコミュニケーション術を学ぶ

## 「こころの健康づくり講演会」を開催

長岡市は、こころの健康に関する正しい知識の普及啓発や理解促進を図るため、毎年こころの健康づくり講演会を開催しています。

こころの不調をきたす要因の一つに人間関係の不和があり、コミュニケーションのとり方はより良い人間関係を築くうえで重要な要素です。

今回は、話すことのプロであるフリーアナウンサー伊勢みずほ氏を講師にお招きし、上手なコミュニケーション術などについて学ぶ講演会を開催します。

つきましては、下記のとおり概要をお知らせしますので、ぜひ周知にご協力いただくとともに、取材くださるようお願いいたします。

### こころの健康づくり講演会 「みんなの言葉は生きている～話すことは放すこと～」

1 日時 8月19日（土）午後1時30分～3時  
（受付は午後1時から）

2 会場 長岡市立劇場 大ホール（長岡市幸町2丁目1番1号）

3 演題 「みんなの言葉は生きている～話すことは放すこと～」

4 講師 フリーアナウンサー 伊勢みずほ 氏

BSN テレビ「水曜見ナイト」等で活躍！



5 定員 300人（先着）

6 申し込み 8月16日（水）までに健康増進課へ電話または専用フォームから  
専用フォーム：<https://logoform.jp/form/P5EF/282336>



※講師プロフィールなど、詳しくは別紙チラシをご覧ください。

問い合わせ：健康増進課 五百川  
TEL 0258-39-7508

たった一人のあなたです たった一つの命です (新潟県自殺対策キャッチフレーズ)

令和5年度

# こころの 健康づくり講演会

日時

令和5年8月19日(土)

午後1時30分から午後3時まで (受付午後1時から)

会場

長岡市立劇場 大ホール

(長岡市幸町2丁目1番2号)

対象

市民どなたでも

定員

300名(先着)

内容

「みんなの言葉は生きている  
～話すことは放すこと～」

講師：フリーアナウンサー 伊勢みずほ氏

## 講師プロフィール

宮城県仙台市出身  
元BSN新潟放送アナウンサー  
新潟市がん検診啓発アンバサダー、新潟市動物愛護協会理事  
新潟薬科大学非常勤講師、お魚マイスターアドバイザー  
BSNテレビ「水曜見ナイト」メインキャスター  
BSNラジオ「近藤丈靖の独占ごきげんアワー」アシスタント  
著書「がんのち晴れ～がんサーギフトという生き方～」(幻冬舎)

申込方法 先着順 / 7月10日(月)～8月16日(水)

① 健康増進課へ電話 (☎39-7508) 平日8:30～17:15

② QRコード (LoGoフォーム)

(右のQRコードを読み込み、申込みページにアクセスしてください)



お問い合わせ：長岡市福祉保健部健康増進課 (長岡市幸町2-1-1さいわいプラザ)  
☎0258-39-7508 (平日8時30分～17時15分)