

公益財団法人 慈圭病院 メンタルヘルス講座のお知らせ

2019 年度



(当講座は岡山県生涯学習連携講座です。)

慈圭病院 メンタルヘルス講座

2019年度 第2回

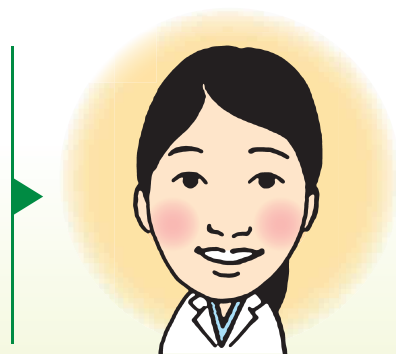


「うつ」—自分でできるセルフケアや周囲の対応のポイント—

うつとはどんな状態で、どういう風にケアしていくものなのでしょうか？

ネットや世間話などで一度は聞いたことはある、うつについてお話ししたいと思います。

心と身体の健康のために、自分でできるセルフケアや周囲の対応のポイントなどについて、理解を深めましょう。



講師

北野 絵莉子 (慈圭病院 精神科医師)

日時

2019年 **6月1日 [土]** (10:30~11:45)

場所

慈圭病院 本館4階講義室



* 筆記用具をご持参ください *

* 必要な方は、羽織る物をお持ちください *

お問い合わせはこちら

702-8508 岡山市南区浦安本町100-2 慈圭病院こころの健康啓発委員会

Tel: 086 (262) 1191 (代) Fax: 086 (262) 4448

E-mail: hospital@zikei.or.jp URL: <http://www.zikei.or.jp>

2019年度メンタルヘルス講座 開催予定



参加は自由、
無料です

ストレスの多い時代、よりよいこころの健康について学んでみませんか？

開催日 2019 **4・6・10・12月の第1土曜日**

時間 午前 **10:30~11:45**

対象 一般向けのお話です。民生委員、愛育委員の方もどうぞ



※岡山県生涯学習連携講座です。

通算回数	開催日	講師	演題
46	2019年 4月6日 [土]	石津 香樹 (副院長)	「認知症」
47	2019年 6月1日 [土]	北野絵莉子 (精神科医師)	「うつ」
48	2019年 10月5日 [土]	鷺田 健二 (病棟医長)	「現代の不安の理解とその介入」
49	2019年 12月7日 [土]	渡部 一予 (精神科医師)	「発達障害について」

* 筆記用具をご持参ください *

* 必要な方は、羽織る物をお持ちください *

702-8508 岡山市南区浦安本町100-2 慈主病院こころの健康啓発委員会

お問い合わせはこちら

Tel: 086 (262) 1191 (代) Fax: 086 (262) 4448

E-mail: hospital@zikei.or.jp URL: <http://www.zikei.or.jp>