

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3回



「現代の不安の理解とその介入」

—不安をいかに共有して、安全に生きていくか—

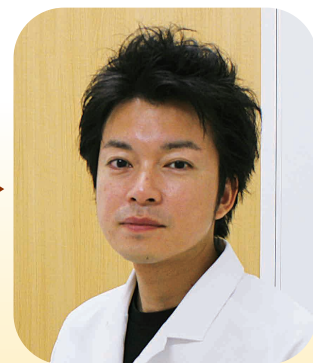
人が生きていく中で「不安を感じずに生きていけたらどんなに楽なんだろう…」と
思っている人は少なくないと思います。

しかし、不安は「安全を確保する」という意味では実は重要な役割を果たします。

例えば、真っ暗闇の中で山道を歩いている時に不安を感じなかったらどうなる
でしょうか？ 全く不安を感じずにスタスタと気持ちよく歩いていたらどうなる
でしょうか？ 崖に落ちてしまうかもしれませんし、あるいは蛇に襲われる
かもしれません。

そう考えると、不安は人が生きていくためにはとても重要な役割を担います。

今回は「不安をいかに共有して、安全に生きていくか」という事を一緒に
考えてみたいと思います。



講師 **鷺田 健二** (慈圭病院 病棟医長)

日時 2019年 **10月5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 *

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

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>

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]	三津 香樹 終了しました (副院長)	「認知症」
47	2019年 6月1日 [土]	北野 絵香子 終了しました (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 慈圭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>