

こころの健康講演会



雨のち晴れ～うつ病とその予防について



一生涯のうち日本人の15人に1人がうつ病にかかるといわれています。多くの場合、体の不調や食欲低下、不眠などから始まるため、こころの病気だと気づくことが困難です。社会的な損失も大きく、自殺行為につながることでまれでないため、予防と早期かつ適切な治療が重要です。

本講演会では、うつ病、うつ病の予防、うつ病の対応、について解説しますが、それよりも一人ひとりが楽しく健康に生活することが大切です。自分自身やあなたの周りの人が元気になること、「こころの健康」について一緒に考えてみませんか！

日時

H23年10月19日(水) 午後6時30分～(受付6時)

場所

嘉手納町中央公民館 大ホール

講師プロフィール

長田 清

長田クリニック院長 (心療内科)

おきなわCAPセンター代表理事(子ども虐待防止活動)

沖縄県立精和病院勤務を経て、長田クリニック開院。

ストレス・うつ・対人関係の悩みを専門に扱う。

主な活動は、保健所と協力して地域のメンタルヘルス活動を支援し、

学校・PTA・教育委員会等でカウンセリングの指導を行う

参加方法

*どなたでもご参加いただけます

*事前のお申込は必要ありません。

*定員に達した時点で入場をお断りする場合がありますがご了承下さい。

*役場駐車場を利用下さい。

問い合わせ先

嘉手納町役場 いきいき健康課 956-1111 (内 156)