



令和5年度

うつ病予防講座

「うつ病」は、年齢・性別を問わず誰もがかかる可能性がある身近な病気です。うつ病について理解を深め、ストレスと上手に付き合う方法やセルフケアについて学んでみませんか？ お気軽にご参加ください。

【開催日時と内容】

第1回 9月 20日(水) 講師:精神科医師

「うつ病はどんな病気？
～正しい知識と治療について～」

城南保健所
1階 講堂

第2回 10月 20日(金) 講師:西南学院大学 浦田英範先生

「ストレスマネジメント
～ストレスとの上手な付き合い方～」①

第3回 10月 30日(月) 講師:西南学院大学 浦田英範先生

「ストレスマネジメント
～ストレスとの上手な付き合い方～」②

城南保健所
2階 第3、4会議室

【対象】 福岡市内にお住まいの方で関心のある方

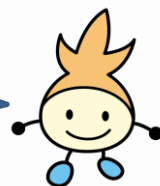
【料金】 無料

【定員】 各回先着25名

【時間】 13:30～15:30



駐車場の無料処理は90分です。
台数に限りがございますので、
できる限り公共交通機関をご利用ください



～お申込み・問い合わせ～

城南区保健福祉センター（保健所） 健康課 精神保健福祉係

TEL 092-831-4209 FAX 092-822-5844

