

# 令和7年度 博多区 うつ病予防講演会

自分自身や家族、職場の仲間、大切な人のこころのサインに気づき、日常生活の中でどのように対応したらよいか学んでみませんか。

日時	講師・内容
令和7年 11月7日（金） 14:00～15:30	うつ病を予防する考え方や行動、セルフケア、家族の対応について 講師：UNB住吉神社前クリニック 精神保健福祉士
令和8年 1月15日（木） 14:00～15:30	ゲートキーパー養成講座 (声かけのしかた、話を聞くときや相談機関につなぐときのポイントなど、実技を交えて学びます) 講師：井口野間病院 公認心理師
動画配信 上記対面講座を受けた方に案内	こころの健康を保つために ～うつ病の理解と予防～ 講師：福岡市精神保健福祉センター 医師

対象：福岡市にお住まいか通勤されている方

料金：無料

場所：博多区役所5階 集団指導室  
(博多区博多駅前2-8-1)

定員：先着30名  
令和7年10月15日（水）から受付開始

※事前に電話・ファックスでお申し込みください  
※各回単発参加可能

※対面講座の当日受付13:30～開始

## 【お問い合わせ・申込先】

福岡市保健所 精神保健・難病対策課 精神保健福祉第1係

[TEL: 092-711-4377](tel:092-711-4377) FAX: 092-791-7354