

令和5年度



# こころの健康講座



こころの病について、専門家の話を聞いて理解を深めるとともに、自分自身のこころと上手に付き合う方法を学ぶことができる講座です。

午後は、こころの病を抱えながらも、日々の生活を明るく過ごす当事者の方の体験発表やユーモアあふれる演劇発表がご覧いただけます。ぜひご参加ください。

※感染症の状況により内容が変更になる場合があります。

【日時】 令和5年 9月21日(木)

午前の部 9時45分～12時00分(受付9時30分～)

午後の部 13時30分～15時30分(受付13時15分～)

【会場】 四日市市勤労者・市民交流センター東館3階 大会議室

【定員】 90名

【申込方法】 裏面のFAX用紙、またはお電話でお申し込みください。

【締め切り】 9月13日(水)

《公共交通機関のご案内》

近鉄四日市駅 西口1番のりば 三重交通バス

「笹川団地」行き等「中央緑地公園前」下車徒歩1分



## 午前の部

内 容	講 師
「正しく知ろうこころの病気」	水沢病院 院長 精神科医師 梅原 千寿 先生
「不安や心配との上手な付き合い方」	総合心療センターひなが 公認心理師 北川 睦 先生

## 午後の部

内 容	講 師
当事者による演劇、体験発表、交流会など	わかば共同作業所所長 瀬古 雅之さん 作業所利用者のみなさん

FAX : 059-351-3304 【保健予防課】



## 令和5年度 こころの健康講座 申込書



◆お名前、ご住所、電話番号をご記入の上、あてはまる項目にチェックを入れてください。

(ふりがな) お名前	電話番号（自宅・携帯）
ご住所 〒                      ー	
参加希望の時間帯に☑をお願いします。 <input type="checkbox"/> 全日 <input type="checkbox"/> 午前のみ <input type="checkbox"/> 午後のみ	
過去に当講座を受講したことがありますか。 <input type="checkbox"/> あり <input type="checkbox"/> なし	

◆申込資格は、四日市市内にお住まいの方、通勤・通学の方です。

（一人1申込み限り）

◆応募者多数の場合は、初めて受講する方を優先した上で抽選となります。

受講できない方のみにご連絡いたします。



申込み締め切り 9月13日（水） 必着

### 【個人情報の取り扱いについて】

お預かりする個人情報は、講座が中止になった場合（暴風雨警報発令時等）の電話連絡にのみ使用し、それ以外の目的で使用することはありません

### 【お申し込み・お問い合わせ先】

四日市市保健所 保健予防課

電話：352-0596 FAX：351-3304