

平成30年度

参加無料



うつ病の家族教室 (後期)

うつ病についての正しい知識や本人への接し方を学ぶとともに、同じ悩みを持つ家族が出会い語り合うことで、家族自身の孤立感を和らげ健康に過ごせるようになることを願っています。

開催日及び内容:

	第1回	第2回	第3回	第4回
日程	平成30年 11月6日(火)	12月4日(火)	平成31年 1月8日(火)	2月5日(火)
内容	うつ病について ～病気の理解と治療～	家族の接し方 ～ケアのポイント～	コミュニケーションの仕方 ～会話のコツ～	セルフケア ～家族が疲弊しないために～
講師	精神保健福祉センター 精神科医	日本赤十字九州国際 看護大学 教授 高橋 清美 氏	精神保健福祉センター スタッフ	精神保健福祉センター スタッフ

時 間: いずれも 14:00～16:00 (受付開始 13:30～)

会 場: 北九州市立精神保健福祉センター セミナー室1
北九州市小倉北区馬借1丁目7-1 北九州市総合保健福祉センター5階

対 象: うつ病で治療中の方のご家族(北九州市在住) 定員30名
※ うつ病のご本人は除きます。
※ 申込多数の場合は、初めて教室に参加される方を優先させていただきます。

申 込 み: 受付期間 平成30年10月3日(水)～平成30年11月5日(月)
お電話でお申込みください。

※総合保健福祉センター「アシスト 21」の地下駐車場は、駐車台数が限られており、有料です。
ご来場の際は、公共交通機関をご利用のうえ、お越しくださいますようお願い致します。

☆他の家族の話が聞いて励みになった
☆接し方のコツが分かって勉強になった

☆思い切って参加してよかった
☆専門の先生の話を直接聞いてよかった

参加者の声



<主催・連絡先>

北九州市立精神保健福祉センター
〒802-8560 北九州市小倉北区馬借1丁目7-1
TEL: 093-522-8729 FAX: 093-522-8776
担当: 富増、松浦