

気付いてください ころのサインに ～ストレスケア外来の最前線から～

参加申込書

FAX 093-522-8776

参加
無料

申込方法／申込書を郵送またはFAXで送付するか、はがきに必要事項を記載して郵送ください。

申込先／いのちとこころの支援センター(北九州市立精神保健福祉センター内)

〒802-8560 北九州市小倉北区馬借一丁目7番1号

申込書／申込書(またははがき)1枚で5名様までお申し込みができます。

参加者数	名	代表者氏名	(〒 -)
代表者の電話番号		代表者の住所	
利用を希望される方は○印をお願いします。 ※当日、受付にてお申し出下さい。ご案内致します。		手話通訳 ・ 要約筆記 ・ 車いす席	

※応募者多数の場合は抽選になります。 ※抽選に落選した場合のみ、連絡致します。参加可能な場合は、参加証の発行や連絡は行いません。 ※ご記入いただいた個人情報は講演会の申込手続きのみに使用します。

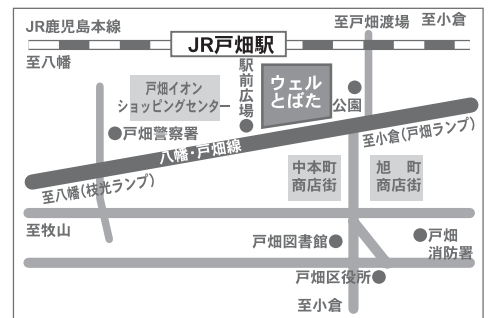
[応募締切]8月30日(金)必着

お問い合わせ

TEL 093-522-8729

交通アクセス

- JR…JR鹿児島本線「戸畑駅」南口から徒歩1分。
- バス…
 - ・市営バス「戸畑駅」行き「戸畑駅」で下車。バス停より徒歩1分。
 - ・西鉄バス「戸畑渡場」または「戸畑駅」行き「戸畑駅」で下車。バス停より徒歩1分。
- 車…
 - ・北九州都市高速で来られる方は、「戸畑」ランプから約3分。
 - ・八幡方面からは「枝光」ランプから約5分。



会場

ウェルとばた 3階 中ホール 北九州市戸畑区夕井町1-6

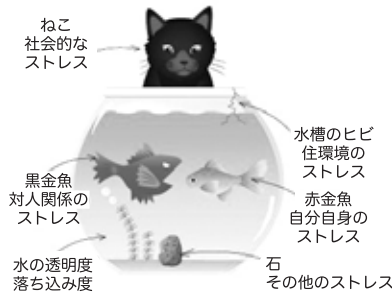
ころの体温計

簡単な質問に答えるだけでストレス度や落ち込み度が金魚やネコなどのキャラクターで表示されるシステムです。ゲーム感覚で気軽に利用でき、家族の状態やアルコールの影響度のチェックもできます。

<利用方法>

パソコン・携帯電話・スマートフォンでウェブサイトアクセスし操作して下さい。

利用料金は無料です。
(※通信料は自己負担)



本人モード結果画面(例)

※携帯電話・スマートフォンからはQRコードを利用可能

北九州市 ころの体温計

検索

URL <https://fishbowlindex.jp/kitakyushu/>

いのちとこころの情報サイト

「ちゃんと眠れていますか?」「アルコール(飲酒)の量が増えていませんか?」ストレスは、だれでも感じるもの。いのちとこころの情報サイトでは、知っておきたいころのサインやストレスへの対処法、ころの病気の基礎知識、相談・支援窓口など、様々な情報を掲載しています。



※携帯電話・スマートフォンからはQRコードを利用可能

北九州市いのちとこころの情報サイト

検索



URL <http://www.ktq-kokoro.jp/>

ひとりで悩まず相談しましょう

[北九州市自殺予防ころの相談電話]

093-522-0874

【月～金 9:00～17:00(祝休日・年末年始は除く)】

おはなし