

令和4年度

# うつ病の家族教室

参加費  
無料

この教室では、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やわらげ、健康に過ごせるようになることを目指します。どうぞお気軽にご参加ください。

## 開催日と内容について

	第1回	第2回	第3回	第4回	第5回
日	6月14日	7月12日	8月9日	9月13日	10月11日
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～ ①	家族の接し方 ～ケアのポイント～ ②	うつ病当事者の体験談 生活や仕事を支える サービスについて	当事者のSOSに気づいたら ～メンタルヘルス ファーストエイド～
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	日本赤十字 九州国際看護大学 教授 高橋 清美 氏	北九州市立 浅野社会復帰 センター	精神保健福祉センター スタッフ

※内容は、都合により変更になる場合がございます。

### 日時

いずれも第2火曜日の14時～16時

### 会議

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 総合保健福祉センター5階)

### 対象者

うつ病で治療中の方のご家族(北九州市在住)定員10名  
※ うつ病のご本人様は対象ではありません。  
※ 申込多数の場合は、初めて教室に参加される方を優先します。

### 受付

令和4年5月17日(金)～6月10日(金)までに、お電話または E-mail  
でお申込みください。  
※E-mail でお申込みの場合は、後日お電話で聞き取りをさせていただきます。

- ※ 当センターの地下駐車場は、駐車台数が限られており、有料となります。  
公共交通機関をご利用の上、お越しくさせていただきますようお願い致します。
- ※ ご参加は、マスク着用をお願いします。咳や発熱等の症状がある場合は、参加をご遠慮下さい。
- ※ 悪天候や感染症等の状況次第では、中止の可能性もありますので、ご了承下さい。



### 【主催・お申込み先】

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1-7-1)  
電話 (093)522-8729 / E-mail アドレス ho-seishin@city.kitakyushu.lg.jp