

令和7年度

市民向け
無料講座

やさしい精神保健福祉講座

「こころの病気を知ろう」

こころの病気について基礎的な知識や理解を深めるための講座です。

ご自身や周りの方のこころについて考える機会にしてみませんか？

日時：令和7年10月21日（火）13:30～16:30（13:00開場）

会場：北九州市総合保健福祉センター6階 視聴覚室
（小倉北区馬借一丁目7-1）

対象：精神保健福祉に関心のある、北九州市民の方

定員：30名

《講座内容》

時間	講座内容	講師
13:30～15:00	こころの病気について （うつ病・統合失調症・依存症など） 傾聴とセルフケア	精神保健福祉センター 精神科医
15:20～16:20	地域における支援 当事者からのメッセージ	北九州市立浅野社会 復帰センター職員、 ピアサポーター （精神障害のある 当事者）など
16:20～16:30	質疑応答	

申込期間：9月17日（水）～10月14日（火）

申込方法：北九州市ホームページの【スマラク窓口（オンライン手続き）】から
お申し込みをお願いします（お電話でのお申し込みもできます）。

【申込 URL および二次元コード】

<https://ttzk.graffer.jp/city-kitakyushu/smart-apply/apply-procedure-alias/R7yasashii>

《問い合わせ先》 北九州市立精神保健福祉センター

TEL (093) 522-8729

FAX (093) 522-8776



申込フォームの
二次元コード
です。

裏面もご覧ください

<注意事項>

- ・来庁にあたっては、公共交通機関のご利用をお願いいたします（地下駐車場のご利用は控えください。）
- ・本講座は資格取得や支援者養成を目的とするものではありません。
- ・申込多数の場合は、ご参加いただけないことがあります。ご了承ください。

<北九州市総合保健福祉センター案内図>



【JR】

小倉駅から徒歩15分

【西鉄バス】

「市立医療センター前」

バス停から徒歩1分

【モノレール】

「旦過」駅から、歩道橋で総合保健福祉センターに直結