

こころの 健康講座



今年のテーマは「うつ病」

心の不調は“弱さ”ではなく“SOS”。うつ病の理解から、大切な人への寄り添い方、最新のAI活用まで。しなやかな心で、支え合い、共に生きるヒントを一緒に考えてみませんか？

10/2
(金)

“心の弱さ”ではなく“こころのSOS”としての「うつ」の理解
～しなやかな思考のコツ～

【会場】燕市吉田公民館 3階 講堂

【講師】新潟医療福祉大学心理・福祉学部 教授 野村 照幸氏

11/14
(土)

“治そうとする”より“一緒にいる”ための接し方
～身近な人が「うつ」になったらできること、配慮すること～

【会場】燕市中央公民館 3階 中ホール

【講師】新潟医療福祉大学心理・福祉学部 教授 野村 照幸氏

11/26
(木)

うつ病の診断と治療 ～AIの活用方法を考える～

【会場】燕市吉田産業会館 2階 第1・2研修室

【講師】石橋クリニック 院長 石橋 幸滋氏

※都合の良い日だけの参加も可能ですが、3回通しての参加がおすすめです

時間

午後2時30分～4時
(受付：午後2時～)

定員

各回50名

※定員になり次第締め切ります



申込み

燕市保健センター(☎0256-93-5461)へ電話
または申込みフォームよりお申込みください。

※手話通訳・要約筆記をご希望の方は、各開催日の3週間前までに
お申込みください。



【申込みフォーム】

【問合せ先】◆燕市保健センター

☎0256-93-5461

◆燕市役所社会福祉課

☎0256-77-8172

【主催】燕市役所健康づくり課・社会福祉課

【共催】燕商工会議所・つばめ商工会