

今治保健所からのお知らせ

# 「うつ病教室」のご案内

「何もやる気がおきない」「夜も眠れない」  
「朝起きられない」「何のために生きているの」・・・  
そんなふうに感じていませんか？



うつ病は非常に一般的な病気です。  
最近の疫学調査では、過去にうつ病にかかったことのある人は、  
15人に1人、過去1年間には50人に1人と推定されています。

うつ病は誰でもかかる可能性がある病気なのです。

うつ病になられたご本人は、大変つらい思いをされているのではないのでしょうか。  
また、そばで見守っているご家族も、とまどいや不安・疑問を抱えていらっしゃるのではないのでしょうか。

まず、うつ病で治療されているご本人・ご家族が、  
「うつ病」という病気を正しく知り、  
病気と認識することが大切です。



そこで、

うつ病で治療中のご本人や、ご家族を対象に、  
うつ病の正しい知識や対応の仕方などを、  
共に学び、情報交換できる場となるよう、  
うつ病教室を開催します。

3回で1コースです(ご家族は1回目のみ参加可)。ぜひご参加ください。

平成22年度

# うつ病教室



	日時	場所	対象者	内容
第1回	平成22年 9月9日(木) 13:30 ~ 15:00	今治支局 4階 大会議室	うつ病 治療中の ご本人と そのご家族	講演 「うつ病について」 講師 ひねのクリニック院長 日根野 尚 先生
第2回	平成22年 9月14日(火) 13:30 ~ 15:00	今治支局 2階 第3 会議室	うつ病 治療中の ご本人	グループワーク 「仲間と語り合おう」
第3回	平成22年 9月21日(火) 13:30 ~ 15:00	今治支局 2階 第3 会議室	うつ病 治療中の ご本人	グループワーク 「仲間と語り合おう」



予約制です。下記までお申し込みください。

【お問い合わせ・お申し込みはこちら】

今治保健所 健康増進課 精神保健係

電話 0898-23-2500 (内線232・239)

住所 今治市旭町1丁目4-9