

# こころの健康講座

令和元年8月～10月

1

れいわがんねん がつ にち すい

令和元年8月21日(水) 14:00～16:00

みぢか びよう し

## 「身近なうつ病について知ろう」

市民の皆さんにも身近なこころの病であるうつ病。その治療法や家族の対応方法について精神科医が分かりやすくお伝えします。

こうし いしだ とおる し いしだ いんちよう

講師：石田 徹 氏（石田クリニック院長）

### もう こ ほうほう お申し込み方法

でんわ でんし  
電話、FAX、電子メールのいずれかで

こうざぜんじつ もう こ  
講座前日までに申し込みください。

ばあい こうざめい じゅうしよ  
FAX・メールの場合は、講座名・住所・  
しめい とうじつれんらくさき めいき  
氏名・当日連絡先を明記してください。

2

れいわがんねん がつ にち もく

令和元年9月19日(木) 14:00～16:00

すこ く

## 「こころ健やかな暮らしのために

### ～怒りとの上手な付き合い方～

ストレスの多い現代社会、イライラをため込んでいませんか。  
怒りとの上手な付き合い方を学び、実践してみましょう。

こうし かわばた だいすけ し うえしま いいん せいしんほけんふくし  
講師：川端 大輔 氏（上島医院 精神保健福祉士・

にほん きょうかい  
日本アンガーマネジメント協会）

### かいじよう 会場

おおさかし けんこう  
大阪市こころの健康センター

おおさかし みやこじまく なかのまち  
大阪市 都島区 中野町5-15-21  
みやこじま かい  
都島センタービル3階

3

れいわがんねん がつ にち か

令和元年10月8日(火) 14:30～16:30

そうきよくせいししよう

## 「よくわかる双極性障がい」

最近、注目を浴びつつある双極性障害（躁うつ病）について、  
治療法や関わり方を学んでみませんか。

こうし かつもと えいいち し いんちよう  
講師：勝元 栄一 氏（かつもとメンタルクリニック院長）

### こうつう 交通アクセス

ち か て つ たにまちせん みやこじまえき

地下鉄 谷町線 都島駅

ばんでぐち にし と ほ ふん

2番出口から 西へ徒歩5分

おおさかかんじょうせん さくらのみやえき

JR大阪環状線 桜ノ宮駅

ひがしでぐち きた と ほ ふん

東出口から 北へ徒歩8分

※ 講座開催当日の午前11時時点で、大阪市内に「特別警報」または「暴風警報」が  
はつれい ばあい ちゅうし  
発令されている場合は中止となります。

### もう こ と あ ＜お申し込み・お問い合わせ＞

おおさかし けんこう

## 大阪市こころの健康センター

おおさかし みやこじまく なかのちよう

大阪市 都島区 中野町5-15-21 都島センタービル3F

でんわ

電話：(06)6922-8520 Fax：(06)6922-8526

こうざもうしこみよう

講座申込用E-mail：kokoro@city.osaka.lg.jp

