

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 びょう 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 いんちょう
講師：石田 徹 氏（石田クリニック院長）

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

いか じょうず つ あ かた
～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）

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

そうきょくせいしよう

「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 いんちょう
講師：勝元 榮一 氏（かつもとメンタルクリニック院長）こうざ かいさいとうじつ ごせん じじてん おおさかしない とくべつけいほう ぼうふうけいほう
※ 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 ぱあい ちゅうし 発令されている場合は中止となります。もう こ 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
こころぜんじつ もう こ
講座前日までにお申し込みください。
ばあい こころめい じゅうしょ
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。さんかほしゅう さい しゆとく こじんじょうほう
※参加募集に際して取得した個人情報は、
こころ うんえいひがい もくべき しょう
講座の運営以外の目的には使用しません。かいじょう
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
ひがしどぐち きた とほ ふん
東出口から 北へ徒歩8分もう 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 なかのまち
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

