

専門家にきく こころの健康

～予防から応急処置まで～

こころの病気は誰にでも起こりえる問題です。

近年、こころの病気を抱える方は増加しており、
4人に1人が生涯のうちにこころの病気を経験するとも言われています。

こころを健康に過ごすために、
こころの不調を予防するために大切なことは何だろうか。

自分自身や身近な人がこころの病気になった時、
私たちにできることは何だろうか。

こころの健康について一緒に考えてみませんか。

2024

11.1 (金)

14:00～16:00

おでかけクリニック・合同会社ももこころ

講師 藤井 和世氏 (精神科医師)

浦林 翼 氏 (精神保健福祉士)

場所 所沢市保健センター
多目的ホール2階

定員 100名 ※要予約 (先着順)

対象 どなたでも

右のQRコードからお申込みいただけます →



—お問い合わせ—

所沢市保健センター 健康管理課 こころの健康支援室
〒359-0025 埼玉県所沢市上安松 1224-1(TEL)04-2991-1812 (FAX)04-2995-1178