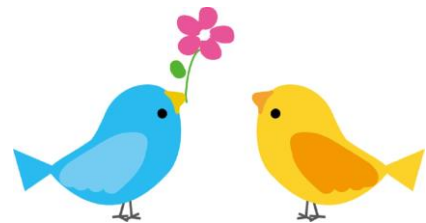


家族のためのうつ病教室

岩手県精神保健福祉センターでは、うつ病の方のご家族を対象に「家族のためのうつ病教室」を開催します。病気について理解を深め、回復のための支援を一緒に考える場としてご利用ください。

- 対象者：医療機関で「うつ病」と診断され、現在治療を受けている方のご家族
- 定員：10名
- 開催日程：月1回 木曜日
- 時間：13:30～15:30
- 会場：岩手県福祉総合相談センター 4階(大会議室)
- 参加費：無料
- プログラム
 - ①ミニ講義



回	日程	テーマ
1	令和3年 10月7日(木)	○うつ病はどんな病気なのか理解を深めましょう ○うつ病の治療について知りましょう
2	令和3年 11月4日(木)	○家族にできることは何か考えてみましょう
3	令和3年 12月2日(木)	○社会資源の活用について知りましょう
4	令和4年 1月6日(木)	○家族のストレス対策について考えてみましょう
5	令和4年 2月3日(木)	○問題解決に向けてできることは何か考えてみましょう

②語り合い

ミニ講義の後に、皆さんで語り合いの場を設けます。

※原則、全日程(5回)参加可能な方を対象とします。

※1ヶ月くらい前から申込を受付します。

※原則先着順です。定員に達した段階で締め切りとなります。

※プライバシーは堅くお守りします。

問合せ先

岩手県精神保健福祉センター
〒020-0015
盛岡市本町通3丁目19-1
TEL：019-629-9617
FAX：019-629-9603