

令和4年度 心の健康づくり講座

富山市地域精神保健福祉推進協議会では、地域住民一人ひとりが精神的健康を保つこと、精神障害がある当事者や家族が安心して生活できる地域をつくることを目的に、こころの健康や精神科疾患について学び理解を深める機会として、講座を開催します。

○日 時 令和5年2月2日（木） 午後2時～3時
（受付：午後1時30分～）

○受講方法 ①来所による受講 定員30人
会場 富山市保健所 2階 健康教育室
（富山市蜷川459-1）
②オンライン「Zoom」による受講

○内 容 講 義 『働く世代の睡眠について』
講 師 竹内スリープメンタルクリニック
院長 竹内 正志 氏

- ☆ 来所による受講希望の方は、電話か FAX でお申し込みください。
- ☆ オンライン受講希望の方は E メール（件名：心の健康づくり講座・2月2日）に名前、フリガナ、電話番号を記載の上、お申し込みください。
- ☆ 締め切りは1月26日（木）です。

【申込み】 富山市地域精神保健福祉推進協議会
（事務局） 富山市保健所 保健予防課
（電 話） 076-428-1152
（FAX） 076-428-1150
（Eメール） hokenjyoyobo-01@city.toyama.lg.jp

主催：富山市地域精神保健福祉推進協議会／富山市

心の健康づくり講座 受講申込書

『働く世代の睡眠について』
令和5年2月2日（木）午後2時～3時

富山市地域精神保健福祉推進協議会

（事務局）富山市保健所 保健予防課 行

電話 076-428-1152

FAX 076-428-1150

★1月26日（木）までに、お申し込みください。FAXの方は、このまま送信してください。（送信票は不要）

フリガナ お名前	電話番号

※記載いただいた個人情報は、この講座の準備・連絡等のためのみに使用し、それ以外の目的では使用しません。

講師への質問を事前にお伺いしています。「働く世代の睡眠」について、講師にお聞きしたいことなどがあれば、自由にご記入ください。

富山市地域精神保健福祉推進協議会とは

地域の皆さんの心の健康づくりの推進と、精神障害がある方の自立と社会参加の促進のため、精神保健福祉に関する知識の普及啓発を行っています。また、「富山市自殺対策推進連絡会議委員」として、広く自殺対策を含めた心の健康づくりを推進しています。