

こころの健康フェスティバル 開催のご案内

日時：平成19年7月21日(土)午前9時30分～午後3時30分

場所：栃木県精神保健福祉センター

宇都宮市下岡本町2145-13

028-673-8785

本年度のテーマは『見えないストレスに気づく～こころのメタボリック対策の第1歩～』です。メタボリックは今や流行語化しており、普段気づかれにくいにも関わらず、万病の元となる内蔵脂肪のことを言います。“こころ”に及ぼすストレスの影響もそれに似たものがあるのではないのでしょうか？きわめて日常的なものでありながら“うつ”をはじめとした精神障害、自殺、様々な依存症、学校不適應など多くの問題に関わってきます。ストレスにどう対応するか、ご一緒に考えましょう。

プログラム

入場無料!

演奏会 (午前1時30分～1時50分)

想いを響きにのせて

出演 ベルベート弦楽四重奏団 since 1992

講演会 (午後1時～午後3時30分)

演題 「少子化社会の中の親のストレス、子のストレス」

講師 茨城県立友部病院 精神科 医長 中村 恵 先生

(講演会は要電話予約。100名で締め切らせていただきます。)

常設コーナー

各種団体による催し、模擬店(喫茶他)
アロマテラピーなどによる「癒し」の体験
パネル展示、軽食喫茶コーナーなど多数
こころの健康相談コーナーでは、

精神科医等による相談も受けられます。(予約不要)
身近な医療機関の紹介なども行います。

*当日ライブラリーを実施!景品つきです。
みなさんのご参加をお待ちします。

主催：栃木県精神保健福祉センター

協力期間：精神障害者家族会「やしお会」・精神保健福祉ボランティア「かたくりの会」・生活発見の会
(社)栃木県断酒ホトトギス会宇都宮断酒会・栃木ダルク・みゆきの杜作業所・自由空間ポー
NPO法人ひまわり・ハートピアきつれ川・ふるさとジョアン・
栃木県薬物乱用防止指導宇都宮地区連絡協議会・いのちの電話・NPO法人アディクション
サポートセンターとちぎ・不登校ひきこもり支援「ホワイトキャンパス」

*県精神保健福祉センター作成チラシをもとに作りました。断酒会員の参加を希望します。