

平成 27 年(2015 年) 2月2日  
健康福祉部 健康政策課

平成 26 年度 湖南省メンタルヘルス講座

～こころが“**元気**”になる**秘けつ!!**教えます～

■趣旨・目的 別紙のとおり

■日時 平成 27 年(2015 年)3 月1日 日曜日 午前 10 時～11 時 45 分

■場所 湖南省保健センター(湖南省夏見 588 番地) 電話 0748 (72) 4008

■内容

- ① 市の現状と保健センターでの取り組み紹介
- ② 講演
- ③ 健康レシピの紹介と試食

■問い合わせ

担当課名:健康政策課(保健センター)

担当者名:浅野・加藤

(直通) 0748 -72 - 4008

(FAX) 0748 -72 - 1481



きらめき ときめき 元気です!  
湖南省 10 周年

〒520-3288

滋賀県湖南省中央一丁目1番地

湖南省役所 秘書広報課

TEL 0748-71-2314 FAX 0748-72-1467

平成 26 年度 湖南省メンタルヘルス講座

## ～こころが“元気”になる秘けつ!!教えます～

毎年3月は、自殺対策強化月間です。  
みなさんは、こころと身体の健康のために、日頃どんな工夫をされていますか？  
今回は、うつ病等のこころと身体の病気の関連性と、毎日の生活の中で私たちができる  
“ストレスに強くなる”こころと身体づくりのヒントを、ご紹介したいと思います。  
大切なご家族・お友達・職場の仲間のみなさん等 お誘いあわせの上 お越してください。

記

- ☘ 日 時：平成 27 年 3 月 1 日（日） 10:00～11:45
- ☘ 場 所：湖南省保健センター 1 階 多目的室
- ☘ 定 員：100 名（\*定員に余裕がある場合のみ、当日参加可）
- ☘ 申込み：【問い合わせ】先へ 電話かメールで。（名前・年齢・性別をお知らせください）  
（※切）2月2日（月）～23日（月）まで

（内容）① 「市の現状と保健センターでの取り組み紹介」

／保健センター自殺対策担当 臨床心理士 浅野・保健師 加藤

② 講演「こころの健康について～日常生活の中で自分達ができること～」

／県立精神保健福祉センター所長 辻本 哲士先生【裏面講師紹介】

③ 管理栄養士による健康レシピの紹介と試食「ストレスに強くなる食事」

／保健センター管理栄養士 服部 淳子



【問い合わせ】

湖南省保健センター（湖南省夏見588番地）

平日8:30～17:15

（電話）0748-72-4008

（メール）kenkou@city.shiga-konan.lg.jp

○ 講師紹介 ○

滋賀県立精神保健福祉センター

所長 辻本 哲士 (つじもと てつし) 先生

略歴

平成3年3月に滋賀医科大学医学部大学院を修了。滋賀県や京都府の精神科病院に勤務。

平成5年4月から滋賀県立精神保健総合センター（現在の精神保健福祉センター・精神医療センター）で、一般精神科や思春期精神医療、地域保健活動に従事してきた。

平成18年より、事件・事故の被害者や家族、関係者に対する支援活動を続けている。

また、平成23年3月に発生した東日本大震災では心のケアチームのリーダーとして被災地で活動した。

保健センター周辺地図

