

令和5年度

やさしい精神保健福祉講座

市民向け
無料講座

「うつ病について知ろう」

こころの病気について基礎的な知識や理解を深めるための講座です。

ご自身や周りの方のこころについて考える機会にしてみませんか？

日時：令和6年3月24日（日）13：00～16：40

会場：北九州市総合保健福祉センター6階 視聴覚室
（小倉北区馬借一丁目7-1）

対象：精神保健福祉に関心のある、北九州市民の方

定員：30名

《講座内容》

時間	講座内容	講師
13:00～14:30	うつ病について	精神保健福祉センター 精神科医
14:40～15:30	コミュニケーションと セルフケア	精神保健福祉センター スタッフ
15:40～16:40	地域における支援・ 当事者からのメッセージ	相談支援事業所あさの 職員、ピアサポーター

申込期間：2月28日（水）～3月19日（火）

申込方法：北九州市ホームページの【スマラク窓口（オンライン手続き）】から
お申し込みをお願いします（お電話でのお申し込みもできます）。

【申込 URL および二次元コード】

<https://ttzk.graffer.jp/city-kitakyushu/smart-apply/apply-procedure-alias/R5yasashii>



申込フォームの
二次元コード
です

《問い合わせ先》 北九州市立精神保健福祉センター
TEL (093) 522-8729
FAX (093) 522-8776

裏面もご覧ください

<注意事項>

- 来庁にあたっては、公共交通機関のご利用をお願いいたします（地下駐車場のご利用はお控えください。）
- 本講座は資格取得や支援者養成を目的とするものではありません。

<北九州市総合保健福祉センター案内図>



【JR】

小倉駅から徒歩15分

【西鉄バス】

「市立医療センター前」

バス停から徒歩1分

【モノレール】

「旦過」駅から、歩道橋で総合保健福祉センターに直結

※1階の入口からお入りください