

令和4年度

総務部会研修

令和4年9月2日（金） 10：30～

阿倍野区役所 大会議室にて

【テーマ】

『こころの健康講座』

こころのストレス、病気の理解うつ病の対応・自殺予防等を学びます。



総務部会 部会長

新型コロナウイルス感染拡大に伴いこころのストレスを抱え、うつ病を発症される方も増加傾向にあることから民生委員として理解を深めたいとされました。

阿倍野区役所 精神保健福祉相談員の真鍋係長様を講師にお迎えして「こころの健康講座」について、研修を開催しました。

- こころの病気について、理解・初期サインに気付く。
- 専門機関に相談や受診するときは？
- 回復を促す接し方「10」のコツ。
- 相談窓口。
- 阿倍野区保健福祉センターの業務について。
- みなさまの「こころのケア」について。

※アンケート記入についても分割して、時間を割くなどご配慮いただきました。

