



こころの健康のために

《自殺予防週間 9月10日～9月16日》

身体やこころの健康状態で下記のような不調があれば、周囲の人は焦らずに温かく見守り、ご本人の気持ちに耳を傾けてください。愛知県一宮保健所では、ご本人はもちろん、ご家族や関係者、お友達からの相談に応じています。

- 不眠が続く（2週間以上）
- 酒量が増す
- 自殺を口にする、自殺未遂をする
- 気分が沈む
- 孤立していると感じる
- 身体の不調が長引く
- 交通事故を繰り返すなど、自己破壊的行動

《うつ病家族教室の開催案内》

講義や実習を交えて、うつ病の方のご家族がうつ病について理解を深め、対応の仕方を学ぶ教室です。

とき	ところ	テーマ	講師
9月12日(木) 午前10時～12時	愛知県 一宮保健所 4階大会議室	「家族が笑顔になる」	犬山病院看護師 永井 典子氏
9月20日(金) 午後1時～3時		「家族も元気になりましょう」(仮題)	名古屋市立大学看護学部准教授 香月 富士日氏
10月1日(火) 午前10時～12時		「うつ病の経過と治療について」(仮題)	上林記念病院 精神科医師 村上 盛彦氏

定員 30名（先着順）

費用 無料

相談・申し込み 愛知県一宮保健所 健康支援課 こころの健康推進グループ ☎72-0321
(午前9時～12時、午後1時～4時30分)(土・日・祝日を除く)



結核は過去の病気ではありません！

《結核予防週間 9月24日～9月30日》



☆結核は早期発見し、きちんと治療することでほとんど治ります☆

こんな症状が続くときは、早めに受診しましょう

- 2週間以上続く咳・痰
- 発熱
- 疲労感や倦怠感
- 食欲不振
- 胸痛
- 体重が減る
- 血痰

◆◆保健所では、結核についての相談に応じていますのでご利用ください◆◆

《呼吸器教室の開催案内》

愛知県一宮保健所では、肺結核後遺症をはじめとした呼吸器疾患により呼吸機能が低下している方とその家族を対象に、病状を理解し安定した生活が送れるよう呼吸器教室を開催します。

とき	ところ	内容
10月8日(火) 午後2時～4時 (受付:午後1時45分～2時)	愛知県 一宮保健所 4階大会議室	<ul style="list-style-type: none"> ・医師講話「呼吸器の病気との付き合い方」 ・交流会 ・理学療法士による呼吸リハビリテーション

定員 20名（先着順）

費用 無料

受付期間 9月2日(月)～9月27日(金)

申し込み 愛知県一宮保健所 健康支援課 地域保健グループ ☎72-0321
*講師への質問があれば、申し込みの際に受け付けます。