

現代社会のうつ対策講座

現在、学校や企業において職員のメンタルヘルス向上が求められています。
教員・職員のみならず、この機会にぜひご参加ください。

日時：10月15日（土）・16日（日）

午前10：30～11：50

午後13：00～15：50

場所：山口県立 山口図書館

レクチャールーム

参加無料

お申し込みは不要です。
どの講座も参加は自由です。

プログラム

どなたでも参加できます。

【10/15（土）】

10:30～11:50 「うつの程度を見てみよう」

講師 酒木 保(宇部フロンティア大学・臨床心理士)
どの程度のうつ状態にあるかを、心理検査を用いて自己評価します。

13:00～14:20 「うつ知識を身につけよう」

講師 山田 通夫(宇部フロンティア大学・精神科医師)
精神科医の立場から、うつ病について分かりやすく解説します。

14:30～15:50 「うつ病の治療について」

講師 秋元 隆志(山口大学医学部・精神科医師)
精神科臨床での最新のうつ病治療について、解説します。

【10/16（日）】

10:30～11:50 「うつに効く薬について」

講師 神谷 晃(宇部フロンティア大学・薬剤師)
うつ病に効く薬をどのように服薬すればよいかを薬理学の立場から説明し、脳への影響が心にどのような作用をもたらすかを解説します。

13:00～14:20 「うつからの生還」

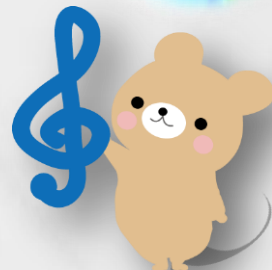
講師 西村 秀明(宇部フロンティア大学・臨床心理士)
実際にうつ病で苦しんでおられた方が、どのような経緯によって社会に生還されたかを、事例を持って解説します。

14:30～15:50 「うつ認知行動療法」

講師 上原 亮(宇部フロンティア大学・臨床心理士)
あなたも、上手に考えて、気分はスッキリ！「うつ病に効果が高い」と注目されている認知行動療法のイロハを紹介します。

うつは心の風邪？
うつ？それとも怠け？
新型うつ？

う～ん・・・



そうだ！
専門家に
聞いてみよう！！

主催：宇部フロンティア大学大学院

後援：山口県教育委員会

お問い合わせ

宇部フロンティア大学（公開講座係）

TEL 0836-38-0500（代）

URL <http://www.frontier-u.jp/>