

講演テーマ

福岡いのちの電話 自殺予防公開講座

# メンタルヘルス ストレス一日決算のすすめ

講師

## 山本 晴義氏

横浜労災病院勤労者メンタルヘルスセンター長  
埼玉学園大学客員教授

プロフィール

1972年東北大学医学部卒業、  
1991年横浜労災病院心療内科部長、1998年より現職。  
日本医師会認定産業医、日本心身医学会認定専門医・指導医、  
日本精神神経学会認定専門医、日本温泉気候物理医学会認定  
温泉療法医など、2018年緑十字賞受賞  
著書:「メールカウンセリング エッセンス」(労働調査会)、「スト  
レスチェック完全攻略」(日本医事新報社)、「心の回復6つの習慣」  
(集英社)、「ストレス一日決算主義」(NHK出版)など多数



新型コロナウイルス感染防止のため、次のことにご協力ください。

入場の際は、  
マスクの着用を  
お願いします。

受付にて、検温、  
手指の消毒を  
お願いします。

体調の優れない  
方の入場は  
お控え下さい。

日時 **3月20日** 日  
2022年 14:00~15:30(開場13:30)

会場 **NTT夢天神 レソラホール**  
福岡市中央区天神2-5-55

参加費 **無料** 当日券の発売はしません。  
事前の参加申し込みをお願いします。

定員 **200名**

主催 社会福祉法人福岡いのちの電話  
社会福祉法人朝日新聞厚生文化事業団

後援 福岡県・福岡市・九州朝日放送・朝日新聞社



### 参加申込方法

お申し込みは、裏面に自殺予防公開講座希望と  
明記の上、住所・氏名を添えて下記までファックスか  
メールで申し込みください。  
当日お名前をお知らせください。

### 福岡いのちの電話事務局

〒810-0073福岡市中央区舞鶴2丁目7-7  
FAX 092-721-4343 TEL 092-713-4343  
E-mail: find4343@sirius.ocn.ne.jp

\*この事業は厚生労働省の補助を受けて実施しています。

わが国の自殺者は2012年に3万人を切り、以降毎年減少しておりましたが、2020年は21,081人と前年より912人増え11年ぶりに増加に転じました。特に女性と子供の増加が気になるところです。昨年から続くコロナ禍による生活困窮や孤独・DVなどの問題が顕在化しており、様々な支援の広がりによる自殺予防が喫緊の課題となっています。自殺の要因はひとつではなく、経済、家族の問題にうつ病などが重なって起こることが多いと感じております。コロナ禍により、人との関わりが希薄な生活を送らざるを得ない状況が続いているなか、今回の講座でメンタルヘルスに関することを考えたいと思います。

**FAX 092-721-4343**

**2022年3月20日(日)**

### 自殺予防公開講座

## コロナ禍のメンタルヘルス ～ストレス一日決算のすすめ～

FAXの方は、ご記入の上、福岡いのちの電話事務局までお送り下さい。

### 参加申込書

※個人・団体グループ兼用です。

参加者①	参加者②
参加者③	参加者④
参加者⑤	参加者⑥
会社/団体名	
ご住所 〒 —	
電話 ( )	—
FAX ( )	—
携帯電話 ( )	—
Eメール @	
備考	

1. 本申込書にていただいた個人情報は、講演会の開催目的以外には使用いたしません。
2. 資料や会場の準備の都合上、参加人数の把握が必要なため、事前の参加申し込みをお願いしております。「参加申し込み」を頂いた段階で当方からの受理のお知らせがなくても入場可能です。