

令和8年度 うつ病家族教室



うつ病と診断され、治療中の方がいらっしゃるご家族を対象に、家族教室を開催します。

うつ病に関する知識や接し方、ストレス解消のための方法などを学ぶとともに、日頃の思いを話してみませんか？

同じ悩みを持つご家族同士や心理士、保健師と気軽にお話できる場です。うまく話せなくても、聞くだけでも大丈夫です。ぜひご参加ください。

	月 日	内 容	時間・場所
1	令和8年 7月10日（金）	一般公開講座 「うつ病に関する基礎知識、 周囲の関わり方について学ぶ」 講師：臨床心理士・公認心理師 鈴木創 氏	【時間】 10:00～12:00 【場所】 相双保健福祉事務所 保健所棟 〔南相馬市原町区錦町〕 一丁目30番地
2	令和8年 9月18日（金）	家族交流	
3	令和8年 11月20日（金）	学習・家族交流 〔家族のセルフケア ストレスコーピングなど〕	【スタッフ】 ・臨床心理士・公認心理師 鈴木創 氏 ・相双保健福祉事務所職員
4	令和9年 1月15日（金）	家族交流	

＊対 象 うつ病で治療中の方のご家族

＊お問い合わせ・お申込み先

下記へお電話ください。初めての方は事前に個別面談をさせていただきます。

📞 福島県相双保健福祉事務所（南相馬市原町区錦町一丁目30番地）
障がい者支援チーム 電話番号 0244-26-1133