

# 第24回市民メンタルヘルス講座

(横浜市受託事業)

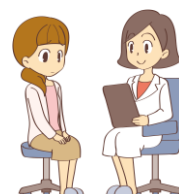
今日の精神医療の到達点は、「精神の病気や障害があっても、医療支援と生活支援によって、地域で社会生活を営む時代」と言われています。しかし、わが国の精神医療は、長期入院や隔離・拘束、精神科特例があり、安心して医療を受けにくいのが現状です。どうしたら到達点に届くことができるのでしょうか。わが国の精神医療の現状を知って何ができるのか考えてみましょう。また、21世紀は「心の時代」と言われています。このストレス時代を生きやすくする対処法を学びましょう。

日時 平成30年10月21日(日)・27日(土)「全2回」  
両日とも 13:30~16:00(開場13:00)

第1回 10月21日(日)

## ～わが国の精神医療改革の展望～

講師 氏家 憲章 氏  
(社会福祉法人うるおいの里理事長)



長年精神科病院に勤務しながら病院の改善を目指し、現在も様々な活動を続けている氏家憲章氏に、日本と同じく私立病院の多いベルギーの改革などを含めて、多方面から精神医療の現状と展望をお話していただきます。

第2回 10月27日(土)

## ～ストレス時代のメンタルヘルス～

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・治療就労両立支援部長)

日常生活で役立つストレス対処法として「復職支援」「呼吸法」「アートセラピー」などのテーマで体験型セミナーを行っている診療内科医山本義晴氏に心身共に健康な生活を送る方法をお話していただきます。

会場 横浜市健康福祉総合センター4階ホール  
(JR京浜東北線 桜木町駅下車 徒歩3分) (裏面地図をご参照)

定員 300名 (先着順)

入場無料

主催 NPO法人横浜市精神障害者家族連合会 (浜家連)<sup>はまかれん</sup>

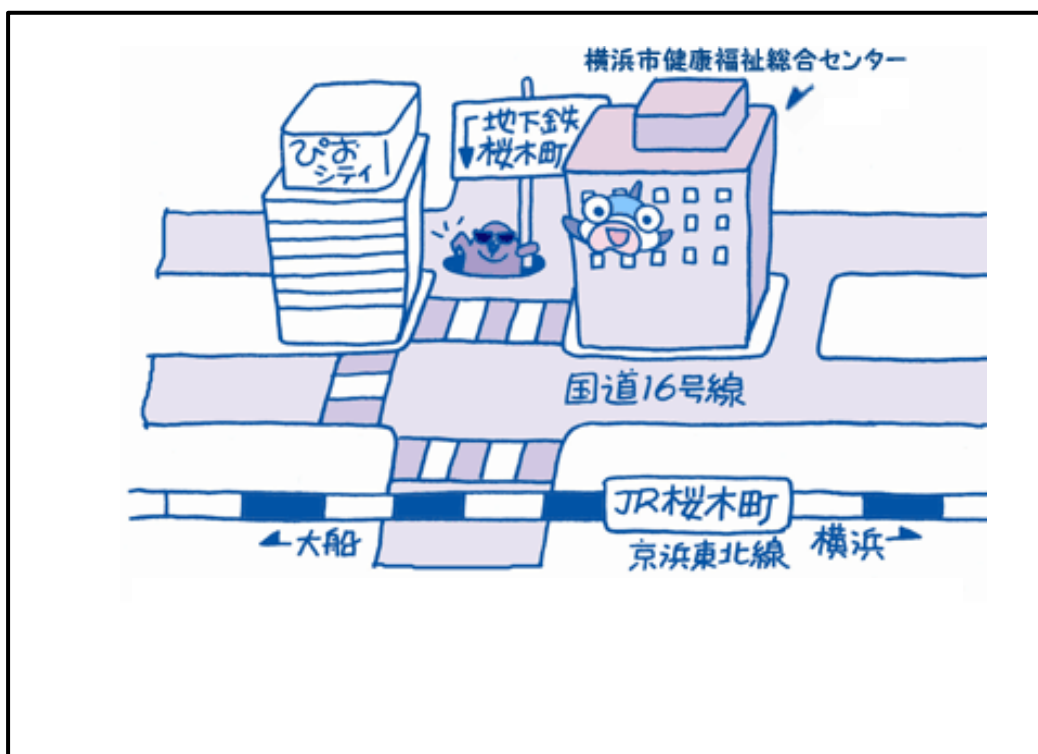
後援 NPO法人横浜市精神障害者地域生活支援連合会(市精連)

問い合わせ: ☎045-548-4816 (担当 中居)

## 会場案内

### ◆横浜市健康福祉総合センター4階ホール◆

- JR 京浜東北線「桜木町駅」から徒歩3分
- 市営地下鉄「桜木町駅」から徒歩3分



\* 駐車場がありませんので、JR・市営地下鉄等の公共機関をご利用ください。