

第 8 1 回 健康セミナー

『誰でもできる「うつ」の治療』

日程：2018年 12月15日(土)

時間：14:00～15:30 (開場：13:00～)

「うつ」になったら、ぜんぶ先生にお任せ？ 自分で出来ることは何もない?! からだの病気であれ、こころの病気であれ、自分はもう「まな板の上のコイ」だと思ってしまうのは怖いですね。お医者さんのことは信頼するけれど、やっぱり自分の健康のことは、自分で何とかしたいと思うのが自然な気持ちです。

近年、日本では「うつ」が増えていると言われます。厚生労働省の統計でも、うつ病や躁うつ病と診断される人の数は100万人を超えています。「うつ」が猛威を振るっている時代だからこそ、精神科医と患者様とが協力し合っていくことが大切です。そのためには、患者様一人ひとりが自分自身の治療者になるのが一番!

当日は、「うつ」とはどんな状態なのかを説明した上で、自分でできる「うつ」の治療についてお話しします。

演 者 半田 聡 (はんだ さとし) 医師

精神科

国際医療福祉大学 病院講師

千葉大学卒

前爽風会あしたの風クリニック

元千葉大学医学部附属病院精神神経科

日本精神神経学会認定精神科専門医



半田 聡 医師

場 所：国際医療福祉大学三田病院 11F 三田ホール

※どなたでも無料でご参加いただけます。当日参加も可能です。

※セミナー終了後、けんこう体操を行います(自由参加)。

■参加ご希望の方は、ホームページのお申込みフォーム、またはお電話でお申込みください。

■TEL. 03-3451-8123 (総務企画課) *受付時間 月～土曜日 8:30～17:30



国際医療福祉大学三田病院

国際医療福祉大学三田病院 健康セミナー とは

国際医療福祉大学三田病院では、生活習慣病の予防や気になる疾患の治療について、各診療科の専門医によるわかりやすい講義を定期的で開催いたします（毎月 1 回）。セミナー終了後には、リハビリテーションスタッフによるけんこう体操を実施いたします。セミナーのテーマに沿った体操を行いますので、どうぞふるってご参加ください（ご参加自由）。

今後のスケジュール

開催日時	テーマ	演者	けんこう体操
第82回 1月12日（土） 14:00	整形外科疾患のお話	整形外科 長島 正樹 准教授	座ってできる 体操とストレッチ

■ 健康セミナー参加ご希望の方は、ホームページのお申込フォーム、またはお電話でお申込みください。

ホームページ 『三田病院 健康セミナー』で検索

TEL. 03-3451-8123（総務企画課）*受付時間 月～土曜日 8:30～17:30

三田病院へのアクセス

地下鉄

- 都営大江戸線「赤羽橋駅」下車、「赤羽橋口出口」または「中之橋口出口」徒歩 5 分
- 東京メトロ南北線・都営大江戸線「麻布十番駅」下車、「3 番出口」徒歩 8 分
- 都営三田線「芝公園駅」下車、「A2 出口」徒歩 12 分

都バス

- 都 06 系統 渋谷～新橋駅「中ノ橋」下車
- 橋 86 系統 目黒～新橋駅「中ノ橋」下車

港区コミュニティバス（ちいばす）

- 田町ルート 「中ノ橋」下車
田町駅前⇄中ノ橋⇄麻布十番⇄六本木ヒルズ

JR

- 山手線・京浜東北線「田町駅」下車
「三田口出口」より徒歩 20 分



所在地：〒108-8329

東京都港区三田 1-4-3

TEL : 03-3451-8121（代表）

ホームページ：http://mita.iuhw.ac.jp/



国際医療福祉大学三田病院