



旭川市報道依頼

各報道機関 様

令和 4 年 1 0 月 6 日

発信課	健康推進課
担当者	清水
連絡先	電 話 0166-25-6364
	F A X 0166-25-1151
	E-mail kenkousuisin@city.asahikawa.lg.jp

分 類	<input checked="" type="radio"/> イベント・行事 <input type="radio"/> 募集 <input type="radio"/> 契約・入札 <input type="radio"/> 会議・説明会 <input type="radio"/> その他 (該当する分類を囲むこと。)
日 程	11月13日(日)
発表項目 (行事名)	令和4年度精神保健講演会・自殺防止対策市民講演会 「これからのストレスマネジメント～自分の心とうまく付き合う～」
概 要 (趣旨・日時・場所・内容等を記入すること。)	<p>講師に北星学園大学文学部助教 高橋 あすみ氏と淑徳大学看護栄養学部助教 氏原 将奈氏をお招きし、「ストレスマネジメント」についての講演会を開催いたします。オンライン（Zoom ウェビナー）開催となりますが、オンライン視聴が難しい方については、会場での視聴ができます。多くの市民の皆様にも周知し、参加していただきたいので、報道をよろしく願いたします。</p> <p>ア 件名 令和4年度精神保健講演会・自殺防止対策市民講演会「これからのストレスマネジメント～自分の心とうまく付き合う～」</p> <p>イ 日時 11月13日(日) 午後2時～</p> <p>ウ 場所 オンライン（Zoom ウェビナー） オンライン視聴が難しい方は旭川市障害者福祉センター おびった（宮前1-3）※講師はリモート出演します。</p> <p>エ 内容 「ストレスマネジメント」について講演します。</p> <p>オ 定員 オンライン（Zoom ウェビナー）500名 来場35名</p> <p>カ 申込 10月31日(月) 締切。オンラインでの参加は二次元コード、URL 又は旭川市ホームページ。来場での参加は TEL にてお申込みください。(参加無料)</p>
添付資料	<input checked="" type="radio"/> 有 <input type="radio"/> 無 (有・無のいずれかを囲むこと。) ※ 有の場合、資料の内容を記入すること。なお、別途冊子等の配付を希望する場合は、その旨記入すること。
報道(取材)に当たってのお願い	取材等のお申込みは、上記担当へお問い合わせください。
備 考	

令和4年度 精神保健講演会（旭川精神衛生協会）
 令和4年度 自殺防止対策市民講演会（旭川市）



これからのストレスマネジメント ～自分の心とうまく付き合おう～

職場や学校、家庭生活の中で心が疲れていませんか？
 自分のストレスに気づき、具体的な対処法を学びましょう。

講師 北星学園大学文学部助教 **高橋 あすみ 先生**

講師紹介：筑波大学大学院 人間総合科学研究科修了。臨床心理士であり自殺予防を軸に、若者の自殺対策やICT（情報通信技術）を活用した自殺対策、メディアの影響などの研究を実践している。

淑徳大学看護栄養学部助教 **氏原 将奈 先生**

講師紹介：首都大学東京 人間総合科学研究科修了。東京都荒川区に入職し、保健師として自殺予防に重点を置いた精神保健分野及び児童虐待予防の分野で活躍。現在は自殺予防、地域精神保健及び公衆衛生看護学に関する研究を実践している。

日時 令和4年11月13日（日）
 14:00～16:00（13:30から入室できます）

参加無料

開催方法 オンライン（Zoomウェビナー）

あさひかわ健康マイレージ
 参加ポイント（1pt）対象事業

オンライン視聴が難しい方については、会場での視聴ができます。

会場：旭川市障害者福祉センター おびった（旭川市宮前1条3丁目3番7号）13:30から開場します。※講師はリモート出演します。※不織布マスクの着用をお願いいたします。

対象 関心のある方、どなたでもご参加ください。
 （定員 オンライン500名 会場35名）

申込方法 令和4年10月31日（月）締切

オンラインでの参加は二次元コード、URL 又は旭川市ホームページから

お申込みください。URL：<https://logofom.jp/form/iLZf/137417>

会場で参加の方はTELにてお申込みください。

お申込み・お問合せ先

旭川精神衛生協会事務局 旭川市保健所 健康推進課 こころの健康係内
 TEL(0166)25-6364



主催：旭川精神衛生協会・旭川市 後援：北海道上川保健所