



高草人権福祉センターだより

■人権と福祉のまちづくりをめざすコミュニティーセンター

10月号

発行：鳥取市高草人権福祉センター 〒680-0921 鳥取市古海715-3 TEL (0857) 24-1763/FAX (0857) 24-1804

10月10日は「世界メンタルヘルステー」です！



メンタルヘルスとは、こころの健康のことです。



世界では、仕事、学校、病気、災害、戦争など、様々な問題があふれています。私たちは日々の生活の中で、誰もがストレスを感じたり、気持ちが落ち込んだりすることはあります。そして、こころの病気（うつ病など）はすべての人がかかる可能性があり、本人が苦しんでいたとしても周囲からはわかりにくいものです。

私たちみんなが「メンタルヘルスって何だろう」と考え、正しい理解を深めていくことが大切です。この日をきっかけにみなさんも思いやりを持って、考えていきましょう。

厚生労働省HPより一部引用

事業のご案内

会場は高草人権福祉センターです。
すべて申込みが必要です(先着順)

《人権講演会》

演題 大切な人へ想いを伝えたい

～エンディングノートに記して～

日時 10月1日(土)

13:30～15:00

講師 メモワールイナバ 広報・企画部
課長 松田 禎人さん

(終活カウンセラー)

参加費 無料 定員 20名

《リトミック教室》

日時 10月17日(月)

10:30～12:00

講師 なお・みゆ～じっく・るーむ
山本 なおみさん

参加費 無料 定員 親子15名

《創作教室》

①樹脂粘土でバラの飾り作りに挑戦！

日時 10月6日(木) 13:30～15:30

講師 リファレンいなば

参加費 200円 定員 15名

②自分の似顔絵を描いてみよう

日時 10月20日(木) 13:30～15:30

講師 宮本栄一さん

参加費 100円 定員 15名

《人権講演会》

演題 だれもが暮らしやすい

共生社会をめざして

日時 11月5日(土)

13:30～15:00

講師 公益財団法人
鳥取県再犯抑止更生協会
事務局長 玉野 良次さん

参加費 無料 定員 20名