

第40回

こころの健康展

ストレス社会の今、
あなたは心の健康に自信がありますか？
みんなで心の病を
正しく理解することからはじめましょう。

法務省委託事業

もし

あなたのまわりに
悩みを抱えている
人がいたら…



10時、13時、16時
(30分間登場)

香川県のゲートキーパー
推進キャラクター「きーもん」

作品展示コーナー

(精神障害者作成の手工芸、陶芸、絵画など)

パネル展示コーナー

(心の健康に関するもの、障害福祉サービス
事業所紹介など)

即売コーナー

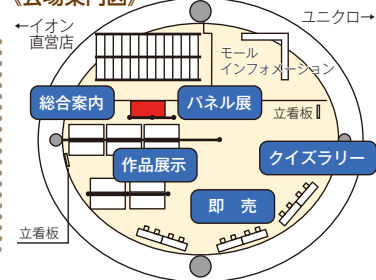
(手芸品、木工作品、陶芸作品、お菓子など)

クイズラリーコーナー

(心の健康に関するクイズ)

クイズに参加した方には先着500名様に景品をプレゼント!!

《会場案内図》



《日時》

2019年 6月14日(金)・15日(土)
10:00～17:00

《場所》

イオンモール高松 シーコート
高松市香西本町1-1

主催／香川県 香川県精神保健福祉協会

後援／香川県教育委員会 (一社)香川県医師会 (福)香川県社会福祉協議会 (一社)香川県婦人団体連絡協議会 香川県精神障害者家族連合会
日本精神科病院協会香川県支部 香川県精神神経科診療所協会 (公社)香川県看護協会 (一社)日本精神科看護協会香川県支部
香川県臨床心理士会 香川県精神保健福祉士協会 (一社)香川県作業療法士会 (一社)香川県薬剤師会 朝日新聞高松総局
NHK高松放送局 FM香川 OHK岡山放送 産経新聞社高松支局 RSK山陽放送 四国新聞社 KSB瀬戸内海放送 TSCテレビせとうち
RNC西日本放送 毎日新聞高松支局 読売新聞高松総局

●お問い合わせ 香川県健康福祉部障害福祉課・香川県精神保健福祉協会 TEL(087)832-3294

こころのバリアフリー宣言

こころの病を正しく理解し、
新しい一歩を踏み出すために

1

精神疾患を自分の問題
として考えていますか

関心

- 精神疾患は、糖尿病や高血圧と同じで誰でもかかる可能性があります。
- 2人に1人は過去1ヶ月間にストレスを感じていて、生涯を通じて4人に1人は精神疾患にかかるといわれています。

5

自分で心のバリアを作らない

肯定

- 先入観に基づくかたくな態度をとらないで。
- 誤解や偏見に基づく拒否的態度は、その人を深く傷つけ病状をも悪化させることさえあります。

2

無理しないで、心も身体も

予防

- ストレスにうまく対処し、ストレスをできるだけ減らす生活を心がけましょう。

6

認め合おう、
自分らしく生きている姿を

受容

- 誰もが自分の暮らしている地域(街)で幸せに生きることが自然な姿。

3

気づいていますか、心の不調

気づき

- 不眠や不安が主な最初のサイン。おかしいと思ったら気軽に相談を。

7

出会いは理解の第一歩

出会い

- 多くの出会いの機会を持つことがお互いの理解の第一歩となるはずです。

4

知っていますか、
精神疾患への正しい対応

自己・周囲の
認識

- 病気を正しく理解し、あせらず時間をかけて克服していきましょう。

8

互いに支えあう社会づくり

参画

- 精神障害者も社会の一員として誇りを持って積極的に参画することが大切です。

☆厚生労働省のホームページで詳しく検索できます
(<http://www.mhlw.go.jp/>)

一人ひとりが心の健康に関心をもち、こころの病を
正しく理解して、みんなで支えあうことが大切です。