

平成21年度 事業計画 (一般向けうつ病対策講演会)

事業名	普及啓発事業	うつ病対策事業【一般向け講演会】
事業背景	平成10年から年間自殺者数が3万人を超える中、当市においても年間自殺者が70～80名で推移している。自殺企図者の75%に何らかの精神疾患が認められ、その約半数がうつ病等を有している。しかしながら、うつ病等精神疾患を有する者の4人に3人は医療機関を受診しておらず、適切な治療を受けていないことも報告されている。 うつ病における症状の捉え方として身体症状及び精神症状に分類されるが、身体症状の中でも特に睡眠障害はうつ病の90%を占め、病気として自覚しやすく医療機関へも繋がりがやすいと報告されている。また、うつ症状を呈する患者の初診診療科の約67%は内科であり、精神科、心療内科を受診している患者は約9%程度で、患者も身体的な不調の訴えから内科を受診している傾向にある。こういったことから、身体症状から、特に不眠からのうつ病、メンタルヘルス意識向上が重要なポイントとなっている。 静岡県においても、働き盛りの男性のうつ病への気づきとして、「2週間以上続く不眠」を切り口とし、自己の気づきの促しと医療機関へと繋ぐ富士モデルも実施されている。 昨年度うつ病対策講演会においてもアンケート178名分の中でも148名が「自分の知識を知識を深めるため」等の理由で参加されており、市民のメンタルヘルスの意識が高まっていると思われる。 今回「不眠」という身体症状から、うつ病等の精神疾患へ正しい知識と気づきを促し、早期発見・早期治療につなげ、またメンタルヘルスにおける市民の意識向上を目的として実施する。	
根拠法令	・健康日本21 ・自殺対策基本法 ・自殺総合対策大綱 ・精神保健福祉法第2条、46条	
目標	睡眠とうつ病の関係について理解することができる。 うつ病やうつ病のサインについて知識を深め、うつ病の早期発見・早期治療につなぐことができる。	
実施日	平成21年9月13日(日) 14時～16時	
場 所	えーるピア久留米視聴覚ホール	
対象者	一般市民、関係機関	
内容 テーマ	【講演内容】 「あなたは眠れていますか?～うつ病への気づきは2週間続く不眠から～」 不眠、睡眠障害を切り口としたうつ病への予防的取り組みと治療、家族支援について 不眠、睡眠障害を切り口とした生活習慣病との関係 (講師) 久留米大学医学部精神神経科学教室 教授 内村 直尚氏	
プログラム	12:30	準備
	13:15	開場
	13:30	受付(質問票 資料 アンケート配布)
	14:00	○初めの挨拶 久留米市長
	14:10	○講演会 久留米大学医学部精神神経科学教室 教授 内村 直尚氏
	15:40	○質疑応答
	15:55	○終わりの挨拶
	16:00	終了・後片付け
講演案内	広報(8月15日号)・窓口チラシ・民生委員会・婦人会・食生活改善推進会・事業主・社協(地域社協含)・休養こころの健康部会員・大学(久留米大・聖マリア大)・教育部・商工労働部・医療機関(医師会)・新聞各社・ラジオ・商工労働ニュース・商工会館ニュース・久留米保健福祉環境事務所、その他関係機関など	
備考	共催	
	後援	福岡県、福岡県精神保健福祉協会、福岡県地域精神保健協議会、福岡県精神科病院協会、福岡県精神神経科診療所協会、福岡県精神保健福祉士会、久留米医師会、小郡三井医師会、浮羽医師会、大川三瀬医師会(案)

うつ病対策講演会（案）

ここ10年、自殺者が3万人を超えていることも大きな社会問題となっていますが、自殺者の多くに「うつ」が関連し、うつ病等をもつ方の4人の3人は医療機関を受診していないことも報告されています。また、うつ病で受診される方の約90%が不眠、睡眠障害を自覚しているとも報告されています。

最近、よく眠れない、食欲がない、気分が晴れない、楽しみが見出せない・・・自分の体調に不安を感じている方はいませんか？または家族の中に、どのように対応していいのかわんでいる方はいませんか？

今回は不眠、睡眠障害を切り口とし、うつ病の理解と対処方法についての講演を行います。

多くの方々のご参加をお待ちしております。



講演「あなたは眠れていますか？ ～うつ病への気づきは2週間続く不眠から～」

講師：久留米大学医学部精神神経科学教室
教授 内村 直尚 氏

開催日時：平成21年9月13日（水）14：00～16：00

場 所：えーるピア久留米視聴覚ホール（久留米市諏訪野町1830-6）（定員250名）
※駐車スペースに限りがありますので、できる限り公共交通機関をご利用ください。

参加費：無料

申し込み：電話またはファックスにてお申込みください

締め切り：平成21年7月24日（金）（先着順になります。）

その他：手話通訳あり 要約筆記あり
託児あり（予約が必要になります。申し込みの際にお申し出下さい。）

【申し込み・問合せ先】

久留米市保健所保健予防課（久留米市城南町15番地5）
TEL：0942-30-9728
FAX：0942-30-9833

主催
後援

久留米市 福岡県 福岡県精神科病院協会 福岡県精神神経科診療所協会
福岡県精神保健福祉協会 福岡県地域精神保健協議会 福岡県精神保健福祉士協会
久留米医師会 浮羽医師会 小郡三井医師会 大川三瀬医師会