

「あなたのうつ 私のうつ となりのうつ」 ～みんなでうつを考えよう～

「抑うつ状態」と「うつ病」は違うのでしょうか。
「うつ」は治るのでしょうか。
「うつ」になったらどうしたらよいのでしょうか。

上手に「うつ」と付き合いながら生活するためには、正しい理解や、専門家による適切な支援が必要です。しかし、「うつ」については明らかになっていないことが多いのが現状です。

精神科医の大野裕さんや、「うつ」を経験した当事者にお話をうかがい、「うつ」への理解を深め、本人、家族、周囲の人ができることを考えます。

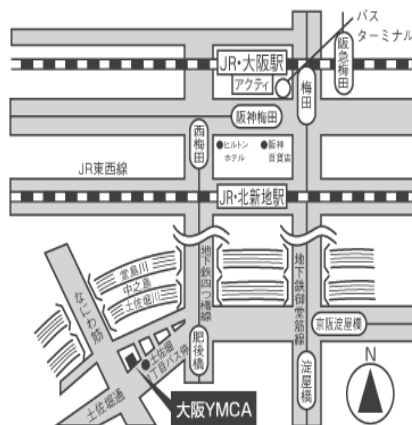
また、「うつ」を発症した人が、長期的にどのように「うつ」と付き合っていけるのか、地域での支援のあり方を交えながら、探っていきます。

とき 2012年3月17日(土) 午後1時～3時30分

定員 300人 ※先着順

参加費 1,000円 (当日、会場でお支払いください)

ところ 大阪YMCA会館2階ホール
大阪市西区土佐堀1-5-6



- ・地下鉄四つ橋線
「肥後橋」駅 3号出口
徒歩10分
- ・地下鉄御堂筋線
「淀屋橋」駅 4号出口
徒歩15分

「あなたのうつ 私のうつ となりのうつ」

～みんなでうつを考えよう～

P R O G R A M

13:00 14:20	第1部 講演 「うつ」の理解にむけて 大野裕さん
15分	休憩
14:35 15:20	第2部 対談 「うつ」との付き合い方 山崎大介さん・大野裕さん
15:20 15:30	まとめ 大野裕さん

P R O F I L E

オオノ ユタカ

大野 裕



1950年愛媛県生まれ
慶應義塾大学医学部卒業。
慶應義塾大学教授を経て、
現在、国立精神・神経医療研究センター・
認知行動療法センター（センター長）、
日本認知療法学会理事長、
日本うつ病学会理事、
アメリカ精神医学会最優秀フェローなど

著書ほか

『こころが晴れるノート』（創元社）
『はじめての認知療法』（講談社現代新書）
『うつ・不安ネット』（<http://cbtjp.net/>）

ヤマサキ ダイスケ

山崎 大介

地元高校卒業後、いくつかの会社で勤務。
うつ病を発症して退社。
しばらく自宅療養の後、2008年1月頃より、
大阪精神障害者連絡会（ぼちぼちクラブ）の
活動に参加の後に、ピアカウンセラーとして
電話相談を担当する。
2010年5月「せいしゃけい(NPO法人精神障害と
社会を考える啓発の会)」の理事就任。
2011年3月から、就労継続支援A型作業所「就労
創造センターせふいろと」に入所。

お申し込み・お問い合わせ

参加希望者（全員）の

①氏 名

②住 所

③職 業

④電 話・ファクス を明記の上、

ハガキかファクスでお申し込みください。

※ホームページからもお申し込みいただけます

朝日新聞厚生文化事業団

「3月17日講演会」係

〒530-8211

大阪市北区中之島3-2-4

電 話：06-6201-8008

ファクス：06-6231-3004

<http://www.asahi-welfare.or.jp/>

主催●朝日新聞厚生文化事業団

後援●地域精神保健福祉機構(コンボ)、全国精神保健福祉会連合会(みんなねっと)