

令和8年度



こころの健康づくり講演会

～守りたい！大切なところ～

家庭、学校、職場など毎日生活をしていく中で悩みやストレスを抱えていませんか。こころの健康や不調のサイン、メカニズムを知り、悩みやストレスと上手く付き合う方法についての講演会を行います。

月 日 令和8年9月13日（日）

時 間 10：00～12：00（受付9：30～）

場 所 唐津市保健センター（さんて）3階大会議室
（唐津市二太子1丁目5-1）

定 員 40名 ※興味のある方はどなたでも参加できます！

参加
無料

内 容

- ① 情報提供「唐津市のメンタルヘルスの現状とゲートキーパーについて」
- ② 講 演 「こころの健康～守りたい！大切なところ～」
講 師 公認心理師 宮崎 久美子先生

【申し込み方法】

申し込みフォームか、唐津市保健センターにお電話にてお申込みください。



※ご提供いただいた個人情報は、本講演会の出席確認等以外に利用することはありません。



【問い合わせ先】

唐津市役所健康づくり部健康増進課
（唐津市保健センター）
電話：（0955）75-5161