# こころの健康教室～ヨリドコロふよう～

## 第4回市民講演会

## 気分が落ち込むことはありませんか？
## 誰にでもあるこころの変化
## “うつ”を正しく知る

講師　医療法人芙蓉会 こころのケアセンターふよう
看護主任代理　車谷舞子　阿保雄大

**【日時】令和8年12月4日（金）14:00～15:30**
受付13:30～

**【会場】青森市　アピオあおもり　大研修室1**
〒030-0822　青森市中央3丁目17-1

質問や専門職による相談に応じます

・参加無料
・定員　30名程度（申込順）
・申込期限 11/26(木)

水分補給用のお飲み物をご用意しております

お問合せ・申込先
**TEL：017-738-2214**　担当：看護部　成田・久末

こころのケアセンター
ふようホームページ

医療法人 芙蓉会
こころのケアセンター ふよう