

※新型コロナウイルス感染症の状況により、イベントなどが中止となる場合もあります。実施の有無については、お問い合わせください。

地域保健課 ☎337-3125 ☎337-3126

	梶本こころのクリニック(上田3丁目) 院長 梶本隆哉
<h3>うつ病は心の風邪か？</h3>	
<p>うつ病はある調査によると日本人の7.5%およそ15人に1人が一生のうちにかかる病気とされています。また自殺者も依然として年間2万人を超えています。「うつ病は心の風邪」とは、いづん以前にうつ病が誰にでもかかる病気であること、またうつ病の治療の敷居を低くして心療内科や精神科での治療を一般的に受け入れやすくしてもらうために広報されたのです。そのかいあってか以前に比べて心療内科や精神科を気軽に受診される人はいづん増えたように思いますし、このこと自体は心の病を軽いうちに治療していただけるようになって大変良いことだと考えています。しかし、心療内科や精神科に通院される患者さんが以前より一般的になったがゆえに逆にうつ病でつらく苦しい状態であっても家族や</p>	<p>職場でその病状の苦しさをなかなか理解してもらえず「気の持ちよう」「少し休めばよくなるはず」「甘えているのではないか」といった誤解や偏見を生んでしまった負の側面もあると考えています。</p> <p>うつ病とは憂鬱気分や意欲低下がみられ、以前楽しめたことが楽しくなくなり物事がうまく考えられないといった判断力や集中力の低下、不眠や食欲低下がみられる病気です。単なる「気分の落ちこみ」は人に相談に乗ってもらったり、休日ゆっくり休んだり、趣味を取り入れ気分転換をはかれば次第に良くなっていくものです。逆に言えばそういったことをしてもなかなか気分の落ち込みが軽減しないときはうつ病の可能性が高く、その時はぜひ悪化する前に専門機関にご相談ください。</p>


**献血にご協力を**

**【時】【所】**  
 ●河内天美駅前  
 5月22日(日)  
 午前10時～午後4時  
 ※400ml献血のみ  
**【問】**松原市社会福祉協議会  
 (☎333-0294)



### 藤井寺保健所からのお知らせ

<p><b>〈無料〉</b>                  HIV・梅毒即日検査 ※結果は1～2時間後/精神科医・精神保健福祉相談員によるこころの健康相談/医療機関に関する相談</p> <p><b>〈有料〉</b>                  水質検査/腸内細菌検査/ぎょう虫卵検査</p>	<p><b>【備】</b>                  日時・費用など詳細はホームページをご覧ください。</p> <p><b>【問】</b>                  ☎072-955-4181(代表)                  ※市外局番からおかけください。                  藤井寺市藤井寺1-8-36</p>		
--	--	---	---

## 広告募集中

広報まつばらには、広告を掲載しています。掲載のお問い合わせは、

広告代理店 合同会社IM 総合企画 (☎072-275-5449) 広告代理店 株式会社ジチタイアド (☎092-716-1401) 広告代理店 株式会社宣成社 (☎06-6222-6888) 広告代理店 株式会社ウィット (☎072-668-3275)	まで。
--	-----

**【時】**とき **【所】**ところ **【内】**内容 **【講】**講師 **【対】**対象 **【定】**定員 **【¥】**費用 **【保】**保育 **【備】**備考  
**【申】**申込み **【問】**問合せ **【主】**主催 **【後】**後援 **費用・対象の記載がないものは無料・誰でも可**