

10.10 世界メンタルヘルスデー
こころを軽く、明日を晴れやかに

こころ あおぞら マーケット

2024.10.26 SAT ▶ 10.27 SUN

開催場所：イオンモール名取 1階 なとりコート (10:00 ~ 16:00)

ステージイベント① 『もう、いやだ!』と思った時のこころの立て直し方



10/26 (土) / 10/27 (日)
13:30 ~ 14:00 (両日)

医療法人菅野愛生会 緑ヶ丘病院
副院長 本橋 京子 先生

- こころの健康 (メンタルヘルス) に関するトークイベントを2日間開催!
- イベント終了後、本橋 京子先生の著書『『もう、いやだ!』と思った時のこころの立て直し方』の即売会&サイン会もあります



ステージイベント② アンガーマネジメント講座

~ アンガーコントロールとはイライラや怒りの感情と上手につきあうためのトレーニング ~



10/26 (土) 11:00 ~ 11:40

怒りの感情をコントロールして、
日々の暮らしを健やかに!

医療法人菅野愛生会 緑ヶ丘病院
認定看護師 野津 春枝 先生

ステージイベント③ 気持ちを元々かえるストレッチ



10/27 (日) 11:00 ~ 11:40

こころの健康のためにも、からだを
メンテナンスしよう!

医療法人菅野愛生会 緑ヶ丘病院
作業療法士 葛西 聡子 先生

健康チェックコーナー

自身の健康状態をチェックしよう!
血圧、体温、酸素飽和濃度、
簡易ストレスチェックが
できます。

医療法人菅野愛生会 緑ヶ丘病院



無料

こころの健康相談コーナー

メンタルヘルス不調、こころの健康に
関するお悩みなどのご相談を
医療従事者がお受けいた
します。

医療法人菅野愛生会 緑ヶ丘病院



無料

障がい者就労等相談コーナー

障がいのある方のお仕事に関するこ
と等ご相談をお受けいたします。
当事者、家族、関係者など
どなたでも歓迎です。

アビリティーズジャスコ株式会社



無料

相談コーナー について

右記QRコードより事前予約が可能です →

※ 各相談コーナーは1日の対応人数に限りがございます。
ご予約頂いても、お受けできない場合がございますこと
ご容赦下さい (相談対応場所は裏面をご確認下さい)



当日相談受付

イベント会場にて、当日
相談受付を承ります。

※ 上限に達し次第終了となります



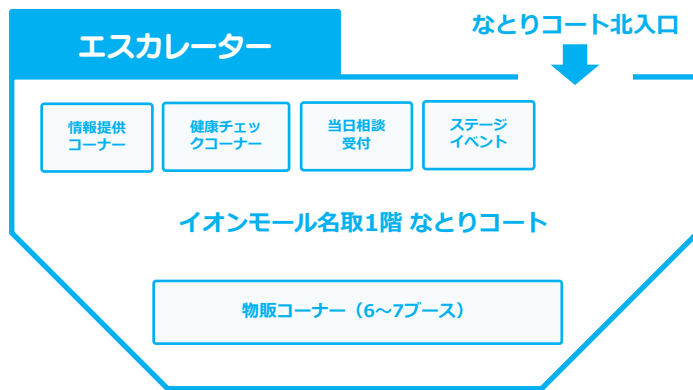
相談コーナー
対応場所



アビリティーズジャスコ社せきのしたセンター
イオンモール名取3階（未来屋書店となり）

障がい者就労等相談コーナーおよびこころの健康相談コーナーにお申込み頂いたお客さまは、上記の場所までお越しください。
※プライバシー配慮の観点から、上記の場所にて対応させていただきます。

イベント会場マップ



※会場レイアウトは若干変更になる可能性があります

世界メンタルヘルスデーとは

世界精神保健連盟が1992年より、メンタルヘルス問題に関する世間の意識を高め、偏見をなくし、正しい知識を普及することを目的として、10月10日を「世界メンタルヘルスデー」と決めました。その後、世界保健機関（WHO）も協賛し、正式な国際デー（国際記念日）とされています。【厚労省：世界メンタルヘルスデーHPより】



こころのおまじないしおり 無料配布（数量限定）

精神科医の本橋先生から、こころの健康のためのメッセージがこめられています。



情報提供コーナー

メンタルヘルスや障がいに関連した情報（パンフレット）を設置しています。ご自由にお持ち帰り下さい。



こころ
あおぞら
マーケット

おいしいもの！楽しいもの！いっぱい物販コーナー（障がい者支援施設）



メープルガーデン

10/26～10/27出展
パン、焼き菓子の販売



J's Work B

10/26～10/27出展
①野菜、雑貨の販売
②缶バッジのワークショップ



ほっとファーム

10/26～10/27出展
生しいたけ、乾燥しいたけ、焼き菓子、レジンアクセサリー、雑貨の販売



工房地球村

10/26のみ出展
焼き菓子、ジャムの販売



名取市みのり園

10/26のみ出展
焼き菓子の販売



テラグラッサ

10/26のみ出展
椿茶、雑貨（エコたわしとサシェ）の販売



わらしべ舎

10/27のみ出展
レトルトカレー、アートアクセサリー、手作り石鹸の販売



株式会社結び （就労支援事業所かけはし）

10/27のみ出展
ドリップコーヒー、雑貨、モスボール、アートグッズの販売



ひまわりホーム

10/27のみ出展
ドリップコーヒー、大判焼、野菜の販売

