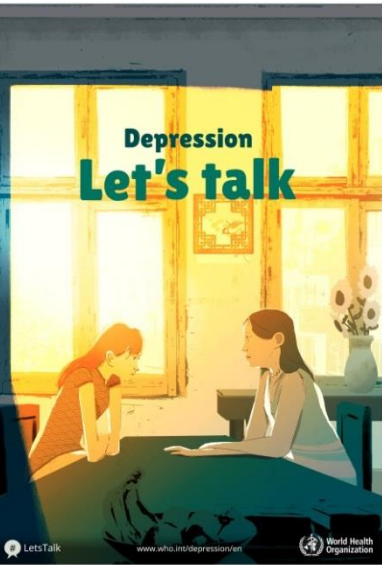


「話をしよう」

～ 世界保健デー（4月7日）今年のテーマは「うつ病」～



家族に
話してみよう

WHO が設立されたことを記念し設けられた健康啓発の日が「世界保健デー」。毎年、国際保健医療に関するテーマが選ばれ世界各国で様々なイベントが開催されます。

2017年の世界保健デーのテーマは
「うつ病」

スローガンは
“Depression: Let's talk”
(うつ病：話をしよう)

うつ病、世界のデータ（2015年）

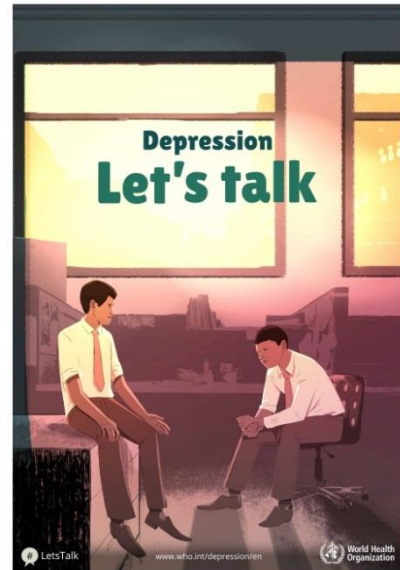
- うつに苦しむ人は全人口の4%（3億人以上）
2005年からの10年で約2割も増加
- 効果的な治療方法があるが正しい診断や適切な治療を受けられていないケースも多い
- 15-29歳の若年層で自殺は死亡原因の2番目、
主要因はうつ病だった

WHOうつ病などに関する報告書より（2017年2月）

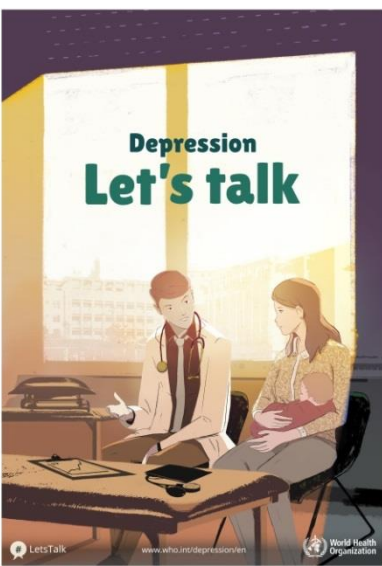
「病気について誰かに話をしてみることで」が回復へと向かう大切な足がかりとなります。

自分が抱えている「しんどさ」や「困っていること」「不安」について信頼できる家族や友達、医療関係者等に話をしてみませんか。

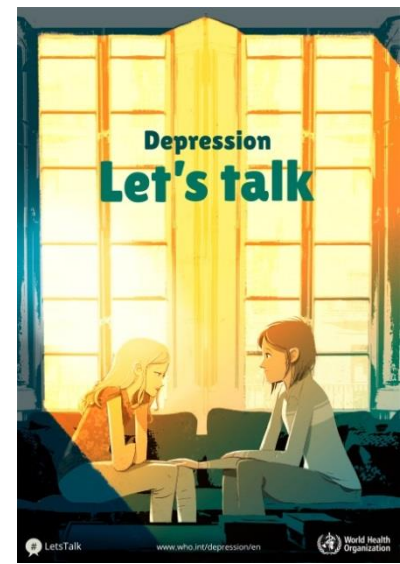
誰かに気持ちを伝えることからあなたの回復の助けになる道すじを探しだすことができます。



職場で
話してみよう



クリニックで
話してみよう



友達に
話してみよう

日発健保
健康なんでも相談室

24時間・年中無休

☎ 0120-921-224

※メンタルヘルスのカウンセリングサービスもあります

※予約により直接面談も可能です

<http://www.nippatsu-kenpo.or.jp/sub/suport/soudan.html>

←**無料電話相談はこちら**→

厚労省

働く人の「こころの耳 電話相談」

月・火 17:00～22:00

土・日 10:00～16:00

☎ 0120-565-455

（祝日・年末年始除く）