

筑豊

筑豊総局

0948 (22) 3500
FAX 0948 (22) 3503
〒820-0004
飯塚市新立岩12-9

chikuho@
nishinippon-np.jp

直方支局

0949 (26) 1361

田川支局

0947 (42) 2205

購読、配達のご用は

飯塚市徳前	22-1757
菰田	22-2768
新飯塚	23-0707
飯塚東	29-3191
二瀬	25-2473
潤野	25-7604
飯塚西	25-3235
庄内・額田	82-1399

「心の健康法」学ぼう

24日から講座 うつ病の改善法など

飯塚市



心の健康教室を開講する
相良五郎さん

うつ病や不登校、引きこもりなどへの対処法、改善法を学ぶ「心の健康教室」が6～8月、飯塚市飯塚のコミュニティセンター3階セミナー室である。福祉の立場から心の健康法を唱える桂川町の相良五郎さんが心の仕組みを解き明かし、「さがら療法」を指導する。

相良さんが主宰するNPO法人人間賛歌と飯塚市立図書館、西日本新聞筑豊総局、同エリアグループ筑豊が共催。飯塚市が後援している。

講座では、①心が不健康

になる過程（原因やきっかけ）②心を健康にする方法（改善策）③心が不健康な人の支え方を軸に話を進める。

相良さんは「医療では心を『病気か否か』で判断するが、福祉では『健康か否か』で判断し、不健康であ

ればその人を支える。多くの場合、対人関係がきっかけで不健康になる。心の仕組みを理解すれば、克服できる」と話している。

相良さんは、旧穂波町（現飯塚市）出身。長崎の高校を卒業後、企業勤務を経て民間で初めて社会福祉法人

の精神障害者福祉施設を開設するなど、約45年にわたって福祉事業に携わりながら「さがら療法」を追究してきた。

普段は桂川町の施設で講座を開いているが、子育て中の親や教育関係者など市民に広く伝えようと、各方面の理解を得て連続講座を開催することにした。9月以降も計画する。

講座は6月24日、7月30日、8月8日、9日、10日の5回。午前9時半から午後5時まで。無料だが、資料代として3千円必要。1回の定員は20人。講座の内容は同じで、8月8日は学生向けに開講する。申し込みは人間賛歌Ⅱ電話0948(20)9019、ファクス0948(65)3648、Eメール＝sagaraki@maple.ocn.ne.jp