

ちょっと聞いてみませんか？こころの声 ひらのこころの保健室

第2回 摂食障害について 聞いてみよう

摂食障害について知ろう

皆さん、摂食障害（せっしょくしょうがい）というこころの病気をご存知ですか？最近よく耳にする「拒食症・過食症」という言葉ですが、それらを含めて摂食障害と呼ばれています。摂食障害は10代から20代の女性に多いイメージがありますが、30代以降や男性にも広がっています。摂食障害とは身体の栄養バランスを崩してしまうことと思われがちですが、思春期の心の揺れや葛藤から引き起こされるということも少なくありません。当日は講師の方に摂食を治す過程で感じてきた事や自分を励ます言葉やメッセージ等を、歌やトークに織り交ぜながらご披露していただく予定です。病気だけに注目するのではなくその人らしく生活を送っている姿をお伝えしたいと思っております。たくさんのご来場を心よりお待ちしております。

講師

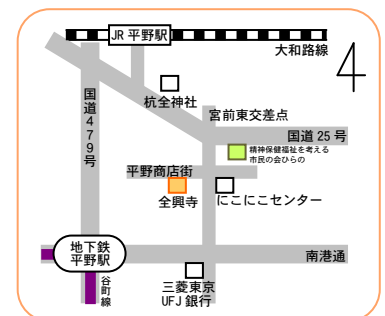
saahko（さあこ）こと阪本徳子さん。高校1年時のダイエットがきっかけで短い拒食期から吐かない過食という約5年間を経て約3年かけて治癒。治癒から約11年の月日を経て、今現在へと至る。ご自身のホームページにて、摂食を治す過程で書いてきた心の日記「my spirit note」を公開中。

2005年1月から『自分らしく生きる』をテーマに、オリジナル曲にてライブ活動を開始。これからも「peer support musician（仲間を応援するミュージシャン）」として、自分の思いやメッセージを表現していきたいと思っています。

saahko's home page 『雨でも晴れでも』
<http://www.rak3.jp/home/user/saahko/>

日程・会場・アクセス

- 日時 平成20年2月23日（土）午後12時30受付 13時開演
- 場所 全興寺 おも路地2F
- 講師 saahko
- 定員 50名（定員になり次第締め切り）
- 料金 無料



お申し込み・お問い合わせ

主催 特定非営利活動法人 精神保健福祉を考える市民の会ひらの
〒547-0043 大阪市平野区平野東 1-1-9 TEL/FAX 06-6792-0092
MAIL : kokoro@olive-hirano.org URL : <http://olive-hirano.org>

後援 社会福祉法人 大阪市平野区社会福祉協議会
平野の町づくりを考える会