

メンタルヘルス講演会

Lecture on Mental Health

〔演題〕

大学生のためのアルコールとギャンブル基礎知識
～上手な付き合い方について～

日時:

令和5年11月16日(木)

16時10分～17時30分

実施場所: 文教スカイホール

対象: 本学教職員・学生

【申込】以下のサイトより11月16日(木)までにお申込みください。

URL: <https://forms.office.com/r/VsK2RgawWT>



←二次元コードはコチラ

〔講師〕

医療法人見松会 あきやま病院

福田 貴博 先生

〔講演概要〕

精神疾患の中でも、一般の方にもとりわけ身近な問題であり、かつ予防が可能なものが依存症です。大学生にはこれからの長い人生で、お酒やギャンブルと上手にお付き合いするために必要な知識を今のうちに身に付けてほしいと思います。具体的には、お酒の場合には「適度な飲酒は1日20g(ビール換算だと500ml、日本酒換算1合、焼酎換算0.5合)まで、週に2日は休肝日を」、ギャンブルの場合には「ギャンブルに使ってよいのは、手取りの2%まで」です。大人が聞くと耳が痛いのではないのでしょうか？当日はできるだけわかりやすくお伝えします。

主催: 長崎大学学生相談支援等協議会

共催: 長崎大学保健センター、長崎大学障がい学生支援室

照会先: 長崎大学学生支援部学生支援課
長崎大学保健センター

電話 095 (819) 2102

電話 095 (819) 2214