

# 第54回 精神保健福祉普及大会



# メンタルヘルスを支える 生活習慣を考える

2023 令和5年 **11.1** 水

午後1時～5時 受付開始 12時30分

アイム・ユニバース てだこホール 大ホール

大会式典 午後1時～午後1時30分

- 1 (一財)沖縄県精神保健福祉協会会長式辞
- 2 沖縄県知事挨拶
- 3 浦添市長祝辞
- 4 精神保健福祉事業功労者表彰

**入場無料**

特別講演 午後1時40分～午後3時

演題 「マインドフルネスで生活習慣とところを整える」

講師 人間環境大学 総合心理学部 教授  
**伊藤 義徳** 氏

座長 沖縄県精神保健福祉協会 副会長／天久台病院 理事長  
**平良 直樹** 氏

公開座談会 午後3時10分～午後4時50分

テーマ 「食と睡眠と地域の力でところを守る」

座長 県立総合精神保健福祉センター 所長 精神科医  
**宮川 治** 氏

合同会社キングコング 代表社員  
**仲地 宗幸** 氏

講師 (一社)トータルウェルネスプロジェクトオキナワ 代表理事  
**伊是名 力工** 氏

琉球大学病院 精神神経科 講師 医師  
**普天間 国博** 氏

沖縄タイムス 社会部 副部長 兼 論説委員  
**高崎 園子** 氏