

発信日：令和6年（2024年）10月7日（月）

発信元：つくば市 都市計画部 学園地区市街地振興課

☐取材依頼 ☒周知依頼 ☐募集告知 ☐その他

「世界メンタルヘルスデー in TSUKUBA 2024」を開催します



メンタルヘルスの予防啓発や正しい知識の普及を目的として、「世界メンタルヘルスデー in TSUKUBA 2024 ～つながる、どこでも、だれとでも～」を開催します。

精神科医による講演会やトークイベント、認知症のVR体験など、精神疾患を気軽に学べるブースもあり、心と体の健康について考える良い機会となります。また、つくば市の就労支援施設を中心とした飲食販売や雑貨の販売なども行われます。

【日時】 令和6年10月13日（日） 10:00～15:00

【場所】 つくばセンター広場 ペDESTロリアンデッキ（出展ブース、物品・飲食販売）
co-en 1F イベントスペース（講演・トークセッション）

【内容】 精神科医による講演、トークイベント、VR体験、心のセルフチェック、
飲食物販売（ポップコーン、シフォンケーキ、クレープ、揚げ餅など）、
雑貨販売、健康相談など

【主催】 世界メンタルヘルスデーinTSUKUBAとよさと病院実行委員会

【共催】 つくばまちなかデザイン株式会社

【協力】 つくば市、つくばセンター地区活性化協議会

世界メンタルヘルスデー in TSUKUBA 2024



～つながる、どこでも、だれにでも～

10/13日

10:00～15:00

会場 つくばセンター広場
(つくば駅A出口から徒歩3分)

※雨天時等の中止連絡は当イベントの公式HPにてお知らせいたします。

講演会・トークイベント(参加費無料)
出展・出店イベント多数!



第1部 講演会 10:00～10:50

会場：つくばセンタービル1F co-en イベントスペース
「こころの力を育てるコツ」

認知行動療法のエッセンスでストレスと上手につき合おう

参加費無料
事前予約不要



講師 天野 瑞紀

医療法人社団つくば医療 心身科と認知症科
認知行動療法士(認知症科)指導者
認知行動療法スーパーバイザー

第2部 トークイベント 11:05～12:00

「つながって語る身近なメンタルヘルス」

会場：つくばセンタービル1F co-en イベントスペース

参加費無料
事前予約不要



関 茂樹

特定非営利活動法人
シム・トリ・ボーン・ジャパン
代表



小田 佳史

多機能型事業所 Zero Point
認知行動療法士(認知症科)指導者
代表取締役



天野 瑞紀

【主催】世界メンタルヘルスデーinTSUKUBAとよさと病院実行委員会

【共催】多機能型事業所 Zero Point(シルバーリボンいばらき支部)、つくばまちなかデザイン株式会社

【後援】つくば市、つくば保健所

【協力】つくば市、つくばセンター地区活性化協議会

【問い合わせ先】Mail:worldmentalhealthday.in.tsukuba@gmail.com



お車でお越しの方へ

つくばセンタービル地下駐車場、つくば市交通センターの駐車場などの無料駐車場をご利用ください。
つくば駅A出口側の出店スペースは、公共交通機関等をご利用の方の送迎用駐車場のほかご利用が保たれています。

※このイベントは、ベクタープロジェクトによって実施されます。
Vectorially Create with RICO

会場マップ



出展ブース

とよさと病院：心のセルフチェック、VR体験、メンタルヘルスクイズ
 バルーンショップ「INFINITE」：バルーン販売
 就労支援B型・就労移行支援「きらり」：メダカすくい
 「Photo Life Design」：Photoコラージュ
 多機能型事業所「ZeroPoint」：ファッションショー



就労継続支援B型事業所「くるみ」：カフェアートなど
 とよさと病院デイケア「どんぐり」：雑貨、ポップコーン販売など
 「haumeria kitchen」：発酵ブッタボウル
 障害者就労継続支援「ゆーりえっとつくば」：シフォンケーキ、自家野菜など
 就労支援B型「ASITAE-Lab」：クロッフル、バスクチーズケーキなど
 「Arthurめし」(キッチンカー)：グルテンフリートルティーヤなど
 「Mokoco」(キッチンカー)：クレープ、ドリンクなど



就労支援施設「オハナ」：ファブリックリース、手工芸品など
 「けやきの会」：布小物、揚げ餅など
 「リハスワークつくば」：木製品販売、作業療法士による健康相談
 「TSJ江戸てん」：和物物品販売など
 「ライフサポートセンターみどりの」：雑貨販売など



フックン船長に会えるかも！？

詳しくは公式HPをご確認ください。