

「心の健康講演会」

気づきと関係性をつくる感情マネジメント

講師 カラリア代表
齋藤美華 先生

要申し込み
入場無料
定員 60名
(申し込み先着順)

こころのもやもや・イライラをうまく対処できる方法について学んでみませんか。
感情のセルフケアの専門家として、実践的な感情のセルフケア研修を行い、
下野新聞「実践イライラ対処術」の連載でもご活躍の齋藤美華先生をお招きして
こころの仕組みや、感情をマネジメントする方法をわかりやすく
お話ししていただきます。
ぜひ、お気軽にご参加ください。

平成 30 (2018) 年 10 月 20 日 (土) 13:30～15:00 (開場 13:00)

会場：栃木県立岡本台病院 職員食堂 (栃木県宇都宮市下岡本町 2162)

申し込み方法：電話又は裏面の申込用紙にご記入の上 FAX にてお申し込みください

電話番号 028-673-2211 ・ FAX 番号 028-673-2214

申し込み受付時間：平日 10:00～17:00

※定員になり次第、締め切らせていただきます

主催：栃木県立岡本台病院

問い合わせ：栃木県立岡本台病院 社会復帰科

電話 028-673-2211(代)

こころの健康講演会 FAX 申込用紙

FAX 送信先 : 028-673-2214

栃木県立岡本台病院 社会復帰科 宛

氏名	様
住所	
電話番号	
年代	10代・20代・30代・40代・50代・60代・70代以上
職業	学生・会社員・医療介護従事者・その他()

※複数名で申し込みいただく場合、下記に参加者全員の情報をご記入ください

	氏名	年代	職業
1		10代・20代・30代・40代・ 50代・60代・70代以上	学生・会社員・医療介護従事者・ その他()
2		10代・20代・30代・40代・ 50代・60代・70代以上	学生・会社員・医療介護従事者・ その他()
3		10代・20代・30代・40代・ 50代・60代・70代以上	学生・会社員・医療介護従事者・ その他()
4		10代・20代・30代・40代・ 50代・60代・70代以上	学生・会社員・医療介護従事者・ その他()
5		10代・20代・30代・40代・ 50代・60代・70代以上	学生・会社員・医療介護従事者・ その他()

* 定員 60 名に達した時点で受付を終了いたします