



平成27年度 東京医療保健大学 パートナーシップ講座

「逆境を乗り越える力、折れない心を育てるーレジリエンスとは何かー」

- ✿ 講 師：東京医療保健大学 医療保健学部
看護学科 准教授 秋山 美紀
- ✿ 日 時：平成27年11月14日(土)
午前10時～正午(受付開始:午前9時30分)
- ✿ 会 場：東京医療保健大学 五反田キャンパス

《講座内容》

今、逆境を乗り越える力、レジリエンス（逆境力）が注目されています。レジリエンスとは何かをわかりやすく説明し、逆境を乗り越えるために日頃鍛えておくこと、万が一ストレスフルな出来事が起こった場合はどう対処したらよいかをこれまでの研究結果に沿って解説したいと思います。また、しなやかな心で、得意なことを活かしながら、自分らしく生きていくことを一緒に考えてみたいと思います。

募集のお知らせ

- ◆日 時：平成27年11月14日(土) 午前10時～正午(受付開始：午前9時30分)
- ◆会 場：東京医療保健大学 五反田キャンパス(品川区東五反田4-1-17) ※下記地図をご覧ください。
- ◆対 象：16歳以上の方 50名程度(抽選)
- ◆受講料：無料
- ◆申込方法：往復はがきに講座名・住所・氏名(ふりがな)・年齢・性別・電話番号を明記の上、〒140-8715 品川区広町2-1-36 品川区文化観光課生涯学習係へお送りください(締切日必着)。品川区ホームページから、電子申請もできます。右のQRコードからもアクセスいただけます。
- ◆申込期間：10/1(木)～10/30(金)
- ◆問い合わせ：電話：03-5742-6837 品川区文化観光課生涯学習係
- ◆共 催：東京医療保健大学/品川区



案内地図



【最寄駅】

JR山手線、東急池上線、都営浅草線、
五反田駅より徒歩8分