

公開講座

東京医療保健大学



どなたでもご参加いただけます。

参加
無料

うつを知って こころの健康づくり

～自分のこころと対話していますか？～

日時

2020年**11月21日** 土

午前10:00～12:00 ※開場 9:30～

会場

東京医療保健大学

国立病院機構立川キャンパス(立川市緑町3256)

講師



東京医療保健大学 立川看護学部 看護学科
准教授 田野 将尊(看護師・保健師)

現代日本はストレス社会と言われており、加えて今年の新型コロナウイルス感染症拡大に伴う精神的な不調も増加しています。

みなさんは、こころの健康に気を付けていますか？

本講座では、「うつ」について理解を深めていただく機会として、日本のストレス社会の現状と、自身の「こころの健康」を保つための自己理解・自己受容の方法をテーマにお話します。

この機会に、ご自身のこころの健康について考えてみませんか？



ネット申請は
こちらから▲

申込方法

はがき・FAX・ネット申請

① 講座名 ② 氏名(ふりがな) ③ 住所 ④ 連絡先 ⑤ 年齢 をお知らせください。

申込受付期間：10月10日(土)～11月7日(土) 定員：50名(申込順)

申込・問合せ先

東京医療保健大学 公開講座係

〒141-8648 東京都品川区東五反田4-1-17

TEL:03-5421-7655 FAX:03-5421-3133

会場アクセス

JR中央線 立川駅北口より徒歩15分、多摩モノレール 高松駅より徒歩10分



注意事項

※新型コロナウイルス感染症の流行状況により開催を中止させていただく可能性がございます。

※三密を避けるため、定員を設けて開催いたします。

※当日は、検温とアルコール手指消毒にご協力をお願いします。

共催 東京医療保健大学／立川市

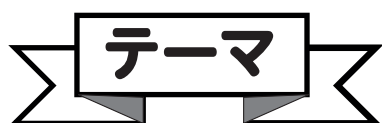
この参加申込書をFAX送信してください。

FAX:03-5421-3133

東京医療保健大学 公開講座係 行

日時:2020年11月21日(土)
10:00~12:00

会場:東京医療保健大学
国立病院機構立川キャンパス
(立川市緑町3256)



うつを知ってこころの健康づくり

～自分のこころと対話していますか?～

申込日:2020年 月 日

ふりがな 氏 名	
	(歳)
住 所	〒
連絡先	TEL

※複数人での参加をご希望される場合は、全員の情報をご記入ください。

※申込受付完了後、「受講決定通知」をお送りしますので、ご住所は正確にお知らせください。

申込受付期間:10/10(土)~11/7(土) 定員:50名(申込順)