

平成26年度 第1回 健康管理講習会

福祉の現場のための 癒しのボディワーク

～からだを整えて、こころを癒しましょう～

人が何かをする時には、こころとからだを緊張させることが必要ですが、
 ついついそれを持ち越してコリや痛みに変えてため込んでしまいます。
 今回の講習では、ストレスの有無や自分の性格・行動の傾向を知り、実際にからだを
 動かして肩こりや腰痛、その他の緊張と向き合いあって、それを緩和する技法を学びます。

いいサービス
 推進のために
 リフレッシュ



日 時 5月29日(木) 午後1時30分～5時

会 場 大阪市社会福祉研修・情報センター 5階 大会議室

講 師 金剛こころの健康研究所 所長 中尾 みどり

対象者 大阪市内の福祉関係事業所に勤務する方

定 員 50人(先着順)

受講料 1,000円

下記の申込書に必要事項を記入し、FAXでお申し込みください。

申込締切日 4月28日(月)

*5月8日(木)頃に受講通知を郵送します。

(受講料は決定通知後、お振り込みください。)

大阪市社会福祉研修・情報センター

〒557-0024 大阪市西成区出城 2-5-20

TEL(06)4392-8201/FAX(06)4392-8272(担当:企画研修担当 赤木)

前回のアンケートより

- 臨床動作法を初めて知り、試してみたいと思いました。
- 体の使い方がすごく勉強になりました。
- 臨床動作法でリラックスできて良かったです。事業所の勉強会などで行いたいと思います。
- 今の自分の心身の状態に、とてもためになる話でした。職場や家庭でこの考え方を役立てたいと思います。
- エコグラムを行うことで、自分自身の傾向を再確認できました。
- ボディワークの大切さを職場で活用したいと思います。

【健康管理講習会 申込書】 ▶▶▶ FAX (06) 4392-8272

所属名	所属名	
	所在地 〒	
	電話：	FAX：
参 加 者	ふりがな 名前	(職種)
	ふりがな 名前	(職種)
	ふりがな 名前	(職種)
備 考	手話通訳・拡大文字の必要な方、車いすの方は備考欄にご記入ください。	

提供していただきました個人情報につきましては、名簿の作成・資料の送付等研修事業の運営のみに使用し、他の目的で使用したり、第三者へ提供したりすることはありません。