

～ストレスからしなやかに立ち直るチカラ～

専門家
を招いての
勉強会
開催

“レジリエンス” を育てよう

日時 令和2年11月3日(祝)

受付 午後1時30分 午後2時～4時

場所 みのり幼稚園(心華寺隣接)内「大日堂」
宇治市神明石塚65

会費 500円 予約不要

「レジリエンス」とは、ストレスで気持ちが落ち込んでも、しなやかに立ち直るチカラのこと。誰もが持っているものです。自分の中にある「レジリエンス」を大切に育てて、必要な時にしっかり発揮できるようにしたいですね。

東日本大震災直後、スクールカウンセラーとして東北の子どもたちと向き合った経験もある京都光華女子大学の徳田仁子先生をお招きし、「レジリエンスの育て方」についてお話しいたします。すぐに実践できる考え方のヒントや、身体を動かしての心の回復法なども学びます。ひきこもりや不登校の当事者、ご家族、支援者などにとって有益な学びの時間になればと願っております。ご参加をお待ちしております。

【講師】徳田 仁子先生

京都光華女子大学
健康科学部 心理学科教授



不登校を主としたスクールカウンセリングの実践、研究を行う。著書に『スクールカウンセリングにおける統合的アプローチ～心理的援助と学校教育の副作用～』など。

質問を募集します



徳田仁子先生に質問がある方は下記までお知らせください。無記名、仮名でもOKです。勉強会当日も質問を受けつける予定です。

ただしすべての質問にお答えいただけない場合もあります。ご了承ください。

NPOころのはな メール: info@kokorono-hana.com

同日
開催

午後0時30分～1時30分 場所:心華寺新館 会費:100円

第46回『ひきこもり女子会』

女性のひきこもり当事者限定 ※途中退席自由。休憩室あります。

当日、ひきこもり女子会に参加された方は上記勉強会が300円になります。

主催・問い合わせ先

特定非営利活動(NPO)法人

ころのはな

ココロ1番

☎0774-45-5561

気軽にお問い合わせください

info@kokorono-hana.com

<http://kokorono-hana.com/>

Facebook 特定非営利活動法人ころのはな

Twitter @joshikai_kyoto @440hrewl



【所在地】

宇治市神明石塚66 心華寺内

【公共交通機関をご利用の場合】

・近鉄京都線「伊勢田」駅下車。
東へ徒歩10分

・JR奈良線「JR小倉駅」下車。

南出口(改札を左)を出て、線路のフェンスに沿って(南へ)直進。一つ目の踏切と交差するのが府道81号。そこを左折し、右手に「福井鍼灸院整骨院」が見えたら右折。左に「吉岡歯科」がある角を左折し直進。

【車をご利用の場合】

京滋バイパス宇治西IC下車。

府道69号線を南へ、伊勢田交差点を東へ。

