

# あなたの「ココロ」いつも快適ですか？

## ～ ストレス社会の中で暮らすための処方箋 ～

ストレスを上手に解消し、常にこころ快適に過ごせることを目的に、心のメンテナンスの必要性やその方法等について具体例をお示しながらお話しします。

- 日時** 平成30年6月24日（日）  
13:30～15:00（受付開始13:00-）
- 場所** 愛知県立大学サテライトキャンパス  
名古屋市中村区名駅4丁目4-38  
愛知県産業労働センター「ウインクあいち」15階
- 講師** 愛知県立大学看護学部 公衆衛生学  
岡本 和土 教授



■ 募集期間 | 平成30年6月20日（水）まで 先着80名/**入場無料**

■ 申込方法 | いずれかの方法でお申込みください。

① メールまたは往復はがき  
講演会名、氏名（ふりがな）、住所、電話番号を明記し、以下の問い合わせ先までお送りください。  
往復はがきの場合は、返信先住所を必ず記載してください。

② 愛知県立大学 地域連携センターWeb申込みシステム  
<http://www.bur.aichi-pu.ac.jp/renkei/>



### 【問い合わせ】

愛知県立大学 学術情報部 研究支援・地域連携課  
〒480-1198 愛知県長久手市茨ヶ廻間1522番3  
メール：renkei@bur.aichi-pu.ac.jp