



札幌市立大学 専門セミナー

ナースだって癒されたい
—自分を大切にできる心のケア体験研修—

- 概 要： 1.ケアリングマインドを基本とした心のケアとは（講義）
2.看護における認知行動療法の紹介と体験（講義・演習）
3.ヨガ体験により自分の心身をとらえ直す（講義・演習）
4.気功体験により自分の心身をとらえ直す（講義・演習）
5.体験の振り返り（演習）
- 対 象： 看護職、看護職員、看護学生(心のセルフケア技術に関心のある方)
- 日 時： 2018年 12月4日（火） 13:00~17:00
- 講 師： 猪股 千代子（札幌市立大学看護学部教授）
大野 夏代（札幌市立大学看護学部准教授）
鬼塚 美玲（札幌市立大学看護学部助手）
大瀧 真美（桑園メンタルクリニック看護師、日本ヨガ療法学会認定ヨガ療法士）
吉武 ゆり（日本ヨガ療法学会認定ヨガ療法士）
- 会 場： 札幌市立大学サテライトキャンパス大会議室
（札幌市中央区北4条西5丁目 アスティ45ビル 12階）
- 資 料 代： 500円（当日会場にてお支払ください）
- 定 員： 30名（最少催行人数 15名）
- 備 考： ヨガマットを使って実技をするため、動きやすい服装でご参加ください
- 受付開始： 2018年 9月11日（火）
- 申込方法： 必要事項をご記入の上、下記《お申込み・お問い合わせ先》まで
TEL、FAXまたはEメールでお申込ください。
① 講座名
② 氏名（※領収書・名簿作成のため漢字・ふりがなをお知らせください）
③ 連絡先住所
④ 電話番号
⑤ 今後の本学公開講座案内の送付希望の有無
⑥ ご職業
※お伺いする情報は、参加者名簿（記録用・講師用）の作成、
主催者からの連絡・案内のみに利用させていただきます。

《お申込・お問い合わせ先》

お電話、FAXまたはメールにて
『講座名・氏名・連絡先住所・電話番号・ご職業』を
お知らせください。

※お伺いする情報は、参加者名簿（記録用・講師用）の作成
主催者からの連絡・案内のみに利用させていただきます。

札幌市立大学サテライトキャンパス
TEL:011-218-7500, FAX:011-218-7507
E-mail:scu-koza2018@acu-h.jp

