

第45回 精神保健福祉 三重県大会

とき 平成24年10月4日(木) 13:30~16:00

ところ 三重県男女共同参画センター 1階 多目的ホール
(三重県総合文化センター内 津市一身田上津部田1234)

プログラム

13:30 表彰式 三重県精神保健福祉協議会長表彰

14:10 講演会 テーマ「笑いの効用 ~こころを健康に保つために~」
講師 ユーモアコンサルタント 矢野 宗宏 先生

講演案内

現代社会において様々なストレスをかかえ、日常生活の疲れや心配事などで、普段笑いが滞りがちになっていませんか。笑うことで緊張がやわらぎ、ストレスを解消することができると考えられています。しかし、楽しい気分にさせてくれる「笑い」ではありませんが、笑う気になれない時はそう簡単ではありません。

そこで、今回の講演では、こころが笑顔になり、楽しく前向きな気持ちで毎日を過ごし、こころの健康を保つための「笑いの効用」についてお話いただきます。

福祉サービス事業所等の作品展示即売も同時開催いたします。

参加費 無料 ただし講演会には申し込みが必要です

講演会申し込み・問い合わせ先

三重県精神保健福祉協議会事務局

(三重県こころの健康センター内)

TEL 059-223-5241 / FAX 059-223-5242

主催：三重県精神保健福祉協議会

後援：三重県、三重県市長会、三重県町村会、(社)三重県病院協会、三重県精神科病院会、(社)日本精神科病院協会三重県支部、(特社)日本精神科看護技術協会三重県支部、三重県精神保健福祉士協会、三重県商工会議所連合会



~こころの健康・福祉に関する知識や情報を発信いたします~