

2024年度通年研修「こころとからだ」

第2回

マインドフルネスの 体験から

“こころ”と“身体”は互いに影響し合うため、こころからアプローチをすることもあれば、身体からアプローチをすることもあるでしょう。その“こころと身体”について、改めて考え直そうと、

今年度の通年研修は「こころと身体」を通年テーマとして、企画しました。

第2回は、奈良でマインドフルネス実践会を主宰されている当会会員の**林滋子先生**をお迎えして、基礎理論を学びつつ、実際に体験を通して、「こころと身体」について一緒に考えませんか。

そして少し自分のからだも労わることができれば幸いです。

※対面での開催です。開催時間にご注意ください。

日時：2024年7月28日(日)13:30～17:00

会場：奈良市中部公民館 和室

(奈良市上三条町23-4 最寄駅：近鉄奈良駅)

※やや動きやすい服装でお越しくださいと思います。

参加費：正会員・準会員 無料

その他の臨床心理士 1,000円

参加申込：ゲージフォームまたはQRコードからお申込みください

<https://forms.gle/ArCKNjF3tPpsKt57>

締め切り：7月25日(木)



※通年研修は全6回のうち5回以上参加された方は、臨床心理士更新のためのポイントを4ポイント申請予定です。

問合せ先：通年研修部（担当：緒方） nscpp.kensyu@gmail.com

通年研修部では一緒に企画・運営して下さる方を募集しています！