

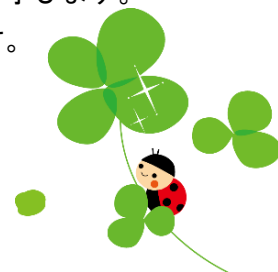
オンライン研修!! 相談・支援・指導等の業務に携わっている方にも役立つ内容です!!

日本産業カウンセラー協会四国支部 徳島事務所 会員研修部



# マインドフルネスの基礎と実践

本講座では、マインドフルネスの定義や概念を、頭（知的に）と身体（体験的に）で学びます。マインドフルネスは、自分のこころやからだを大切にすることに役立つ一つの智慧です。忙しい日々の中で、自分のこころやからだを見つめる時間をつくっていきましょう。



- ◆ 日時 : 2021年7月22日（木・祝日） 13:30 ~ 16:30
- ◆ 場所 : 各自のパソコン・タブレット等でZoomに接続し参加
- ◆ 受講料 : 当協会会員・養成講座修了者 3,300円（税込） 非会員 3,850円（税込）
- ◆ その他 : 資格登録会員にはこの講座を更新研修とみなします。会員は3ポイント記録します。  
※Zoom受講の環境は受講者の方での準備をお願いします。
- ◆ 定員 : 20名（先着順に受付します。参加者が12名に満たない場合は中止とさせていただきます。）

講師紹介 : <sup>こうだ むねなが</sup> 甲田 宗良 先生 （徳島大学大学院社会産業理工学研究部講師）

資格 : 公認心理師, 臨床心理士

略歴 : 心療内科クリニック, 琉球大学医学部（精神科）を経て現職。現在は、徳島大学にて、産業臨床心理学研究室を担当している。専門は、臨床心理学, うつ病や双極性障害の認知行動病理。認知行動療法やマインドフルネスに基づく臨床実践を行っている。

※申込先 : 一般社団法人 日本産業カウンセラー協会四国支部 徳島事務所  
770-0942 徳島県徳島市昭和町3丁目35-1 徳島県労働福祉会館6階  
TEL/FAX : 088-655-5800 Mail : [shikoku.tokusima@counselor.jp](mailto:shikoku.tokusima@counselor.jp)

## <申込方法と受講の確定・受講料振込について>

Zoomでの開講のため、メール・Webのみの受付とさせていただきます。7月1日（木）までにお申込み下さい。先着順に受付、最少開催人数に達し開講が決まりましたら申込み頂いた E-MAILアドレスへ「講座のご案内」を送付します。受講料は「講座案内」に記載されている振込先にご入金ください。

## <メールでのお申込みについて>

メールでの申込は、最初に「マインドフルネスの基礎と実践研修申込み」と記載の上

- ① 氏名（ふりがな）②会員番号 ③住所 ④電話番号 ⑤E-MAILアドレス ⑥職業・資格（任意）

[shikoku.tokusima@counselor.jp](mailto:shikoku.tokusima@counselor.jp) 宛てにお申し込みください。

※記載頂いた個人情報は、講座の連絡以外の目的で利用することはありません。

コロナウィルス感染拡大状況により講座中止となる場合があります。