



心がスーッと楽になる

「大人のための心理学」講座

講師：植前 和代 氏(心理カウンセラー)
元中学校教員

各回ごとのテーマに沿って、思いこみや悩み癖など、
少しでも心を軽くして、毎日を柔軟に過ごせる方法を学びます。

平成29年10月12日(木)スタート 全5回
午後7時～9時 受付6時45分

■対象：町内在住・在勤（一般）

木曜日・午後7時～9時・全5回スケジュール

■定員：20名（先着順）

1回目	10月12日	言葉だけでは治らない 心の病気って？
2回目	10月19日	人生をコントロールする セルフイメージ
3回目	10月26日	感情は選べる！
4回目	11月2日	心の筋トレ
5回目	11月9日	自分軸で生きる ～ありのままとわがままの違い～

■受講費：無料

■持ち物：筆記用具

■場所：ニライセンター 講座室

■申込期間：平成29年9月20日(水)～10月6日(金)

下記の必要事項を記入し、**ちやたんニライセンター事務所窓口**または
FAX(098-936-5287)にて、お申し込みください。
なお、講座の受付は、お電話では行っておりません。

※講座中に撮影した画像等を北谷町の広報活動(広報誌やホームページへの掲載)に使用いたします。

※講座に関するお問い合わせ ちやたんニライセンター (TEL 098-936-3492)



心がスーッとらくになる「大人のための心理学」講座

※講座中に撮影した画像等について、北谷町の広報活動(広報誌やホームページへの掲載)に使用することに同意し申し込みします。

氏名	フリガナ	年齢	性別
		歳	男 女
住所	在勤者・会社名		行政区
			区
電話番号	連絡がとりやすい電話番号をご記入ください。		申込み日 / ()