箕輪町

箕輪町役場　健康推進課　プレスリリース

令和６年８月21日　発信

報道機関各位

こころの健康づくり講演会

ストレスの多い現代社会、一人で悩みを抱えていませんか。
ストレスの対処法や、自分軸の持ち方を知り、生活の幸福度を上げましょう。

日　時

令和６年10月19日　（土）　14：00～15：30（13：30開場）

内　容

ストレスとの上手な付き合い方

場　所

箕輪町地域交流センター研修室Ａ・Ｂ

講　師

辰口　文江　氏　（facoprism　臨床心理士　公認心理師）

受講費

無料　　要予約　（定員100名）

添付資料　有　　無

箕輪町子育て少子化対策
キャッチコピー
みんなで育てる　みのわっ子
～パパになるなら箕輪町
ママになるのも箕輪町～

健康推進課　健康づくり支援係
（課長）北原 美幸（担当）小林 陽子　伊藤 的
電話：0265-79-3118（内線）1520
FAX：0265-79-0230
E-mail:kenko@town.minowa.lg.jp

こころの健康づくり講演会

ほっと一息つける
プレゼントもあります

ストレスとの上手な付き合い方

ストレスの多い現代社会、　一人で悩みを抱えていませんか

ストレスの対処法や自分軸の持ち方を知り、

生活の　幸福度　を上げましょう♪

日時　：　令和６年10月19日（土）

14:00～15:30(13:30 開場)

会場　：　箕輪町地域交流センター研修室 A･B

講師　：　辰口　文江　氏

ファコプリズム
facoprism
臨床心理士　公認心理師

受講費　：　無料

要予約（定員 100 名）

【 お申込み　お問合せ 】

箕輪町役場　健康推進課

TEL　0265-79-3118

お申込みはこちらからも

～講師紹介：辰口文江～

信州大学教育学部心理臨床専攻卒業。名古屋大学大学院教育発達科学研究科博士前期課程修了。
病院、学校、矯正施設等、様々な機関で心理職に携わり経験を積む。心と体はつながっており、カウンセリングだけでなく体からのアプローチも必要と考え、ビジョンヨガインストラクターの資格を取得。
2022 年 7 月、ボディセラピストの友人と共に心と体を整える場所 facoprism を駒ケ根市にオープン。