

# 区民公開講座

参加費 無料

千代田区民以外の方も参加可

講演：メンタルヘルス及び戦争・被爆者のストレス

講師：一條 智康 医師

人間関係や社会変動、災害など多くのストレスの中で生活しており、これらのストレスによってさまざまな病気が発症する可能性があります。明日から、ご自身のメンタルヘルスのバランスを良くするためにご参考になれば幸いです。

《講師紹介》心身症を専門とする心療内科医。「治療的自己」の啓発・臨床研究や災害支援プロジェクト（日本心療内科学会）による被災地医療活動に従事。近年は、平和継承活動・平和教育を重視。被爆体験伝承者（2022年広島市認定）。翻訳書（イタリア語）：Il viaggio delle gru di carta - La preghiera di Sadako -（うみのしほ作・狩野富貴子絵「おりづるの旅 さだこの祈りをのせて」PHP研究所）

2023年

日時

10/29(日) 11時～12時

## 参加方法

※どちらかお選びください。

### ①オンライン(ZOOM)

WEB 受講の方はオンラインで参加できる URL と、ミーティング ID を事前にメールでお送りいたします。

### ②会場（参加定員 40 名）

かがやきプラザ 1階  
ひだまりホール  
(千代田区九段南 1-6-10)

## お申込み



申込フォーム

かがやきプラザ研修センター(千代田区社会福祉協議会)

電話:03-6265-6560(平日 8:30~17:00)

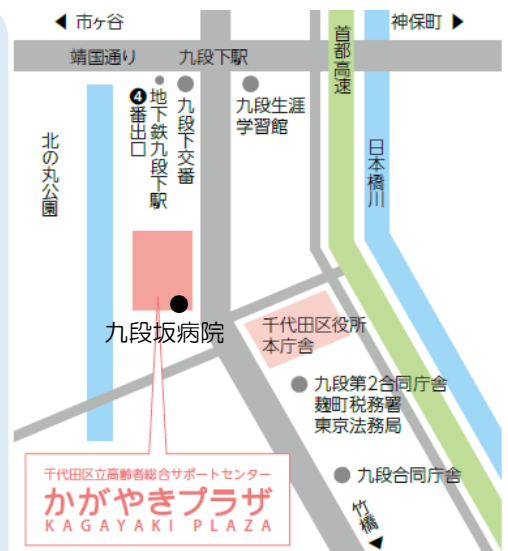
FAX:03-3265-1162

E-mail:[jinzai@chiyoda-cosw.jp](mailto:jinzai@chiyoda-cosw.jp)

URL:<https://www.chiyoda-cosw.jp/kensyu-c>

QRコード、窓口、電話、FAX、メール、ホームページ問い合わせフォームのいずれかでお申込みください。

※申込締め切り 10/25



<会場へのアクセス方法>

東京メトロ東西線・半蔵門線・都営新宿線  
九段下駅 4 番出口から徒歩 5 分