

福井県労働者福祉協議会・連合福井  
"こころ支えるネットワーク事業"プレ企画

ユニオンプラザ福井設立10周年記念

# 働くあなたの講演会



講師／名越 康文氏

1960年奈良県生まれ。精神科医。相愛大学客員教授。専門は思春期精神医学、精神療法。近畿大学医学部卒業。大阪府立中宮病院(現:大阪府立精神医療センター)にて、精神科救急病棟の設立、責任者を経て、1999年に同病院を退職。引き続き臨床に携わる一方で、テレビ・ラジオでコメンテーター、映画評論、漫画分析など様々な分野で活躍中。主な著書に「驚く力」(夜間飛行)、「自分を支える心の技法」(医学書院)、「14歳の子を持つ親たちへ」(新潮社・内田樹氏との共著)などがある。

日時: 9/6(土) 開場 13:30  
開演 14:00~15:30

会場: 響のホール(福井県福井市中央 1-4-13)

参加  
無料

## テーマ、心がフッと軽くなる瞬間の心理学

閉塞感が増す今の日本で、うつに向かいそうな重い気分を切り替えて、前向きに生きるにはどうすればいいのか。瞬間、瞬間を大切にすることで、ネガティブ思考に陥らず、心がフッと軽くなる方法をアドバイスします。

### お申し込み 方法

ハガキ又は  
メールにて  
お申し込みください

ハガキ郵送／福井県労働者福祉協議会

〒918-8231 福井市問屋町1丁目35番地ユニオンプラザ福井1F

E-mail／[rofukukyo@sunny.ocn.ne.jp](mailto:rofukukyo@sunny.ocn.ne.jp)

郵便はがき、もしくはE-mailにて、住所・氏名・電話番号を記入の上  
ご応募ください。先着順とさせていただきます。当選者にはハガキにて8月25日  
(月)までにお知らせいたします。当日はハガキをご持参ください。

お問い合わせ／TEL.0776-21-5929(受付時間AM9:00~PM5:00)

※お電話でのお申し込みは致しかねます。

主催／福井県労働者福祉協議会(ろうふくぎょう)

POWER OF  
80  
万  
FUKUI