

令和4年度 生涯学習地域連携講座

主催 公益財団法人愛知県教育・スポーツ振興財団
愛知県生涯学習推進センター
大口町教育委員会
共催 愛知県教育委員会
後援 名古屋工業大学

心理学によるストレスとの向き合い方 ～幸福へつなげるストレスの理解と対処～

仕事・子育て・介護などに追われていると、日常生活がストレスそのものになってしまうことがあります。そうした日常から抜け出す手がかりとして、ストレスとの向き合い方を知ることが重要です。正しいストレスの理解と対処は、ストレス軽減にとどまらず、その先のしあわせへと繋げてくれるものです。これらを心理学に基づいて説明します。

開催日時

令和 5 年 2 月 26 日（日）
午後 2 時から（2 時間程度）

会

場

大口町中央公民館 2 階 研修視聴覚室

（丹羽郡大口町伝右一丁目 47 番地）

講

師

名古屋工業大学 社会工学科
教授 鷺見克典 氏

○対 象 愛知県内にお住まいの方
（大人の方向けの内容になっております）

○定 員 30 名 ○受講料 無料

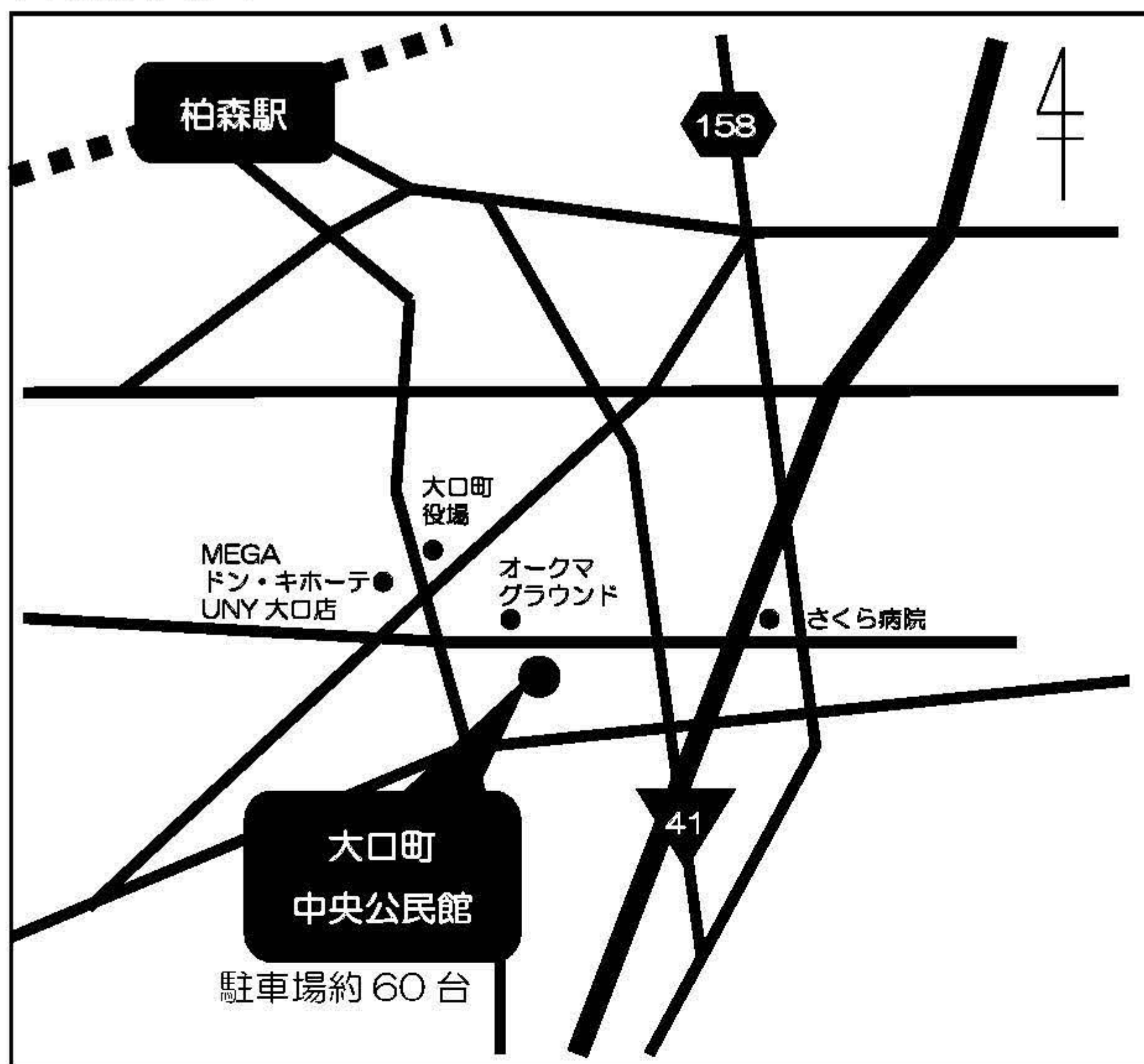
○申込方法 大口町教育委員会生涯学習課窓口
又は 往復はがきでの申し込み
※往復はがきの記入方法は裏面をご覧ください。

○申込期間 令和5年1月10日（火）から
1月27日（金）まで（消印有効）
※定員を超えた場合は、抽選を行い、後日、申込者全員に郵送にて
受講の可否を連絡します。

○備 考 新型コロナウイルス感染症対策のため、受講の際にはマスクを着用
してください。

○問合せ先 大口町教育委員会生涯学習課（大口町中央公民館内）
窓口受付 午前 8 時 30 分から午後 5 時 15 分まで（土日休み）
〒 480-0126 丹羽郡大口町伝右一丁目 47 番地
TEL：0587-95-3155

会場案内図



車でお越しの場合、小牧北 IC より国道 41 号線を北に犬山方面へ約 15 分
 電車でお越しになる場合、名鉄犬山線柏森駅より徒歩で約 30 分

往復はがきでの申込の場合（記入方法）

往信用表面	返信用裏面
〒480-0126 大口町教育委員会 生涯学習課 行	何も記入しないでください
63 円 切手	白紙

<注意事項>

- ・返信用の裏面には何も記入しないでください。
- ・複数人でまとめて申込むことはできません。
往復はがきで申し込む場合は、1 人 1 枚、
ご記入ください。

※住所、氏名等の個人情報はこの事業の
 実施目的以外には使用しません。

返信用表面	往信用裏面
〒（郵便番号） あなたの住所 あなたの氏名	①生涯学習地域連携 講座申込み ②受講希望者 氏名（フリガナ） ③年齢 ④郵便番号 ⑤住所 ⑥電話番号 （日中連絡が取れる番号）
63 円 切手	