

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。

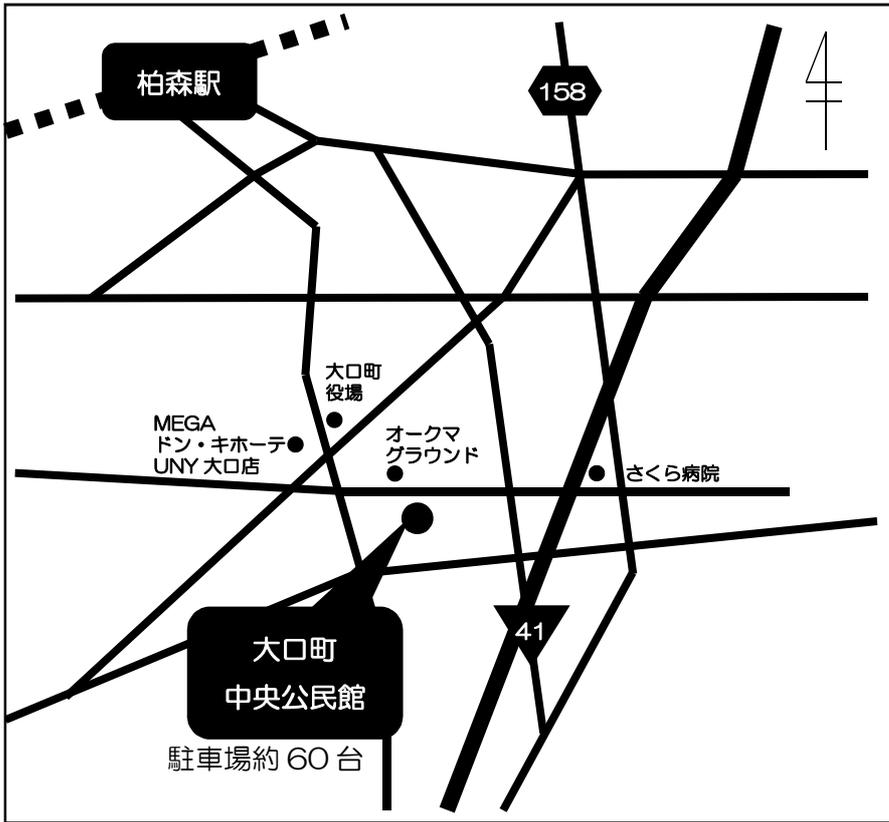
○問合せ先 大口町教育委員会生涯学習課(大口町中央公民館内)

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 | |
| 63 円 切手 | 何も記入しないでください |
| 生涯学習課 行 | 白紙 |
| 大口町教育委員会 | |
| 大口町伝右一丁目四七番地 | |

<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みすることはできません。
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) | ①生涯学習地域連携 講座申込み |
| 63 円 切手 | ②受講希望者 氏名 (フリガナ) |
| あなたの住所 | ③年齢 |
| あなたの氏名 | ④郵便番号 |
| | ⑤住所 |
| | ⑥電話番号 (日中連絡が取れる番号) |