



第31回

# 市民公開講座

## 大人の女性 のストレス講座



いつまでも  
わたしらしく

こころの専門家である臨床心理士の視点から、中高年期女性に特有の心理や、子育ての終わり、介護問題などライフスタイルや対人関係の変化に伴うストレスについて解説します。

誰でも簡単にできるリラクゼーション法やストレス対処の紹介など、いつまでも自分らしく生きるためのヒントをお話します。

日時 4月19日(金) 14:00~16:00 [受付13:45から]

会場 和光大学ポプリホール鶴川 3階 多目的室

講師 福嶋 律子 臨床心理士 中辻 知佳 臨床心理士

定員 50名 お席に限りがございますので、早めのお申し込みをおすすめします。  
(定員に達した際は、お断りする場合がございます。)

▼ 申し込み・お問い合わせはコチラ ▼

鶴川サナトリウム病院 地域医療連携室

TEL : 042-737-1257 FAX : 042-735-2264



4.19<sub>金</sub>  
開催

# 申込書

## 第31回 市民公開講座 ～大人の女性のストレス講座～

鶴川サナトリウム病院 地域医療連携室

TEL ▶ 042-735-1257

FAX ▶ 042-735-2264

電話、もしくはFAXにてお申込み下さい。FAXの場合は「申込書」をお使いください。

氏名	
電話番号	

※ 申し込み締め切りは、4月18日(木)です。

- ・ お席に限りがございますので、早めのお申し込みをおすすめします。
- ・ 定員に達した際は、お断りする場合がございますのであらかじめご了承ください。
- ・ 施設には駐車場がございませんので、公共の交通機関をお使いになるか、近隣のコインパーキングをご利用ください。

### 鶴川サナトリウム病院 市民公開講座とは・・・

当院が持つ医療の知識を地域に開放し、医療や病状への正しい理解を深めていただき、地域の方々の健康増進、疾病予防及び当院スタッフと地域の方々との交流を深めることを目的としています。  
毎回テーマを定めて、その領域を専門とする医師を始めとした医療専門職が講演を行います。

### 個人情報の取扱いについて

鶴川サナトリウム病院は、市民公開講座参加者の個人情報の収集、利用等の取扱いについて、業務上必要な範囲で適法・公正な手段によって収集し、目的の範囲内での利用を行います。  
今講座のお申し込みの際にご提出いただいた個人情報について、参加者からのお問い合わせ対応や、参加者との間の連絡のため等、必要な範囲で利用させていただきます。  
その他、将来、より良いイベント・企画ための分析（アンケートやご意見ご感想の提供のお願い等）やイベント・企画のご案内等をお届けするために、個人情報を利用させていただくことがあります。