

# ストレスとうつ予防 [連続講座]

2016(平成28)年

第1回 11月19日(土)

13時30分受付  
14時開始

- ストレスの正体と脳と身体の関係
- 質疑応答

第2回 12月3日(土)

13時30分受付  
14時開始

- ストレスの対処方法と治療について
- 質疑応答 ● 制度サービスの紹介



講師 (なかがわ あきら)  
**中川 晶 先生**

(奈良学園大学保健医療部教授、奈良県立医科大学医学部卒業、医師(心療内科)、精神科専門医、臨床心理士、大阪赤十字病院内科、近畿大学東洋医学研究所、大阪産業大学教授を経て現職、(なかがわ中之島クリニック院長))

自分自身の  
ストレスの傾向と  
脳と身体のことを  
考えてみませんか？



## 難波市民学習センター講堂

〒556-0017 大阪市浪速区湊町1丁目4番1号 **OCATビル4階**

【地下鉄】御堂筋線・四つ橋線・千日前線「なんば」駅下車、なんばウォークを  
通って **OCATビル(B1F)** へ直結エレベーターで4Fへ

【JR】「JR難波」駅上

【私鉄】近鉄・阪神「大阪難波」駅、南海「難波」駅

【市バス】「JR難波駅前」下車すぐ

● 事前申込不要 / 各回定員70名 ● 各回資料代：500円

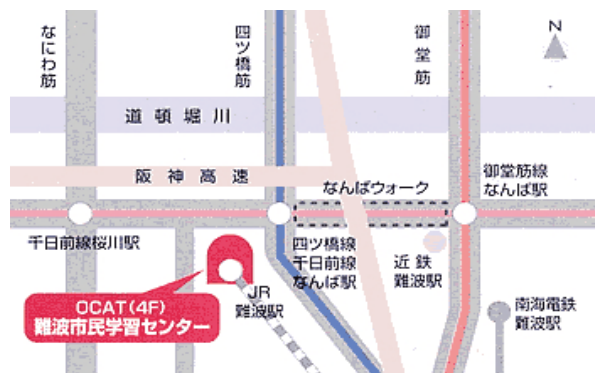
● 主催 / NPO法人 **精神障害と社会を考える啓発の会** **【せいしゃけい】**

● 共催 / 大阪市立総合生涯学習センター

● 後援 / (一般社団法人)大阪精神保健福祉協議会 (社会福祉法人)朝日新聞厚生文化事業団

【せいしゃけい】には障害者・家族・ボランティア・病院・作業所・行政などから、いろいろな人が集まっています

〒530-0001 大阪市北区梅田1-2-2-500 大阪駅前第2ビル 大阪市立総合生涯学習センター内 ネットワークラボL6(せいしゃけい)



連絡先 080-3784-0528  
(18時以降)

Mail: [utsu@seishakei.com](mailto:utsu@seishakei.com)  
<http://www.seishakei.com>