

ATOMIさくらルーム 2025年度講習会のご案内

跡見学園女子大学心理教育相談所主催による講習会を以下の日程で開催いたします。
本学教員が、“心をととのえるしなやかに生きる知恵を学ぶ”に関するテーマを
とりあげて行います。どうぞお気軽にご参加ください。

- *会場** 跡見学園女子大学文京キャンパス
〒112-8687 東京都文京区大塚 1-5-2
- *アクセス** 東京メトロ丸の内線 茗荷谷駅より徒歩 2 分 有楽町線 護国寺駅より徒歩 8 分
- *受講料** 無料

番号	実施日時	講座名	講師
①	1 月 24 日(土) 10:50~12:30	変わりたい自分	岡本潤子 (准教授)
②	2 月 7 日(土) 10:50~12:30	心をおだやかにする方法 ～マインドフルネスを学んでみませんか?～	宮岡佳子 (教授)
③	2 月 28 日(土) 10:50~12:30	ストレスに負けないこころの作り方 —認知行動療法を日常に活かす	酒井佳永 (教授)

尚、状況によりましては、予定の変更・中止の可能性がありますのでご了承ください。

***お申込み方法** 往復はがき か QR コードにてお申込みください。

★往復はがきの方は以下の①～⑧の事項をご記入ください。 ★ QR コードでのお申込みはこちら

- ①氏名(フリガナ)
- ②郵便番号・住所
- ③電話・Fax 番号
- ④性別 ⑤年齢 ⑥職業
- ⑦ご希望の講座番号・講座名をご記入ください
- ⑧どちらで本講習をお知りになりましたか?



折り返し、ご案内のはがきをお送りいたします。

※1 枚の往復ハガキにて複数の講座をお申込みいただけます。

往復はがき宛先：〒352-8501 埼玉県新座市中野 1-9-6
跡見学園女子大学心理教育相談所

- *締切り** 講座番号 ①1 月 10 日(土)必着
②1 月 24 日(土)必着
③2 月 14 日(土)必着
※締切以降はお電話にてお問い合わせください。

- *お問い合わせ** 跡見学園女子大学
さくらルーム(文京)：03-3944-8152(木・土 13:00~16:00)
心理教育相談所(新座)：048-478-3565(月~土 9:00~16:00)
※日曜、年末年始(12/26~1/5)、大学行事に係わる閉所日を除く