

あなたのこころは元気ですか？

～こころの健康と向き合い、健やかに暮らすコツ～



日々のこころの変化に気づき、

大切な人や自分自身を守るためのヒントを学びませんか



日時 令和8年**3**月**11**日(水)14:00～15:30

場所 はぐくみセンター9階 大講座室(奈良市三条本町13-1)

定員 奈良市在住・在勤の方**100**名(先着順)

専用フォームからお申込みください ➡

※申込受付は令和8年3月10日(火)まで



参加費
無料

講師紹介



いこまカウンセリングルームこころ
代表 神澤 創 氏(臨床心理士・公認心理師)

大阪府下の保健所や医療機関で臨床心理士として活動した後、大学教員(関西福祉科学大学、帝塚山大学)を経て、現在は「いこまカウンセリングルーム こころ」の代表を務める。専門の心理療法を中心に、心と体の健康に関する研究と実践を続けてきた。

2007年、奈良県自殺対策連絡協議会の座長就任後は、自殺に関する調査研究や、行政職員、教員、市民等を対象としたゲートキーパー研修を精力的に行っている。

※駐車台数に限りがありますので、公共交通機関をご利用ください

お問合せ先: 奈良市保健所 保健予防課 0742-93-8397