



幸せになる心理学講座

参加・体験型講習



人生の中にはいろいろな出来事や悩み、人それぞれの状況や問題などがあります。
 幸せになる考え方を心がけ、基本的な生活を大事にする習慣を身につけることで自然と表情も明るくなり、生き生きと輝いて見えるようです。少しだけ自分の時間をつくり自身の気持ちと向き合ってみましょう！

～自分の考え方のクセを知り日常的に出来る「幸せになる方法」を探してみよう～

	と き	と ころ	講 師
①	9月28日（月） 午前 10 時～11 時 30 分	亀岡市総合福祉センター ① 4階講習・集会室 ② 3階講習室	さくらがわ 桜川 みき さん (みきのセラピールーム主宰) 日常で実践できる“こころ”と行動をお伝えします。
②	10月5日（月） 午前 10 時～11 時 30 分		



- 【対 象】 市内在住・在勤・在学の女性 原則、2日とも参加できる人
- 【定 員】 先着20人（要申込）
- 【会 場】 亀岡市総合福祉センター（内丸町45-1）
- 【受講料】 無 料
- 【その他】 要約筆記・手話通訳が必要な場合は、申込時に予約してください。
 託児（6ヶ月～就学前）が必要な人は、講座開始1週間前までに来館し申し込んでください。（いずれも無料）
- 【申込み】 下の申込用紙に必要事項を記入のうえ、お申し込みください。
- 【申込先】 亀岡市総合福祉センター働く女性の家 TEL：24-0294 FAX：24-3071



キリトリ

～ 幸せになる心理学講座 ～ （9/28・10/5）参加申込書	
ふりがな	
氏 名	
住 所	〒 ー
連 絡 先	TEL： FAX：
年 代	～10代・20代・30代・40代・50代・60代・70代～
そ の 他	次のうち、必要なものがあれば○印をつけてください 手話通訳・要約筆記・託児