

「心の健康セミナー」

# 森田療法に学ぶ人間成長

～不安と、とらわれからの脱却～

## 札幌市民講座

2016年

10月22日 土

13:00～16:00

(12:30開場)

**参加無料**



田所 重紀



芦沢 健



山田 秀世

**会場:** 北翔大学 北方圏学術情報センター「ポルト」1Fホール

〒064-0801 札幌市中央区南1条西22丁目1-1

(地下鉄東西線「西18丁目駅」1番出口より徒歩5分)

**注意**

駐車場はありません

### プログラム

■ 司会 **廣瀬 雄一** (大通公園リワークオフィス)

■ 講演 A (13:00～13:30)

**田所 重紀** 精神科医  
(室蘭工業大学保健管理センター/  
東京大学大学院総合文化研究科)

「森田療法総論と事例紹介」

■ 講演 B (13:30～14:00)

**山田 秀世** 精神科医  
(大通公園メンタルクリニック理事長)

「不安を生かす過ごし方」

■ 生活の発見会紹介 (14:00～14:15)

**栗山 茂**  
(NPO 法人生活の発見会 理事)  
～休憩～ (10分間)

■ ひきこもり親の会より (14:25～14:40)

**山岸 康弘**  
(まゆだまの会 代表、苫小牧集談会)

■ 講演 C (14:40～15:10)

**芦沢 健** 精神科医  
(千歳病院 院長、札幌医科大学臨床教授)  
「人前にでるのが苦手なひとのために」

■ フリーディスカッション (15:15～16:00)

森田療法は、不安や悩みを自然な感情として「あるがまま」に、自己をよりよく生かしていく治療法です。

■ 主催：北海道森田療法研究会、NPO 法人 生活の発見会 北海道支部

■ 後援：(公財)メンタルヘルス岡本記念財団、日本森田療法学会