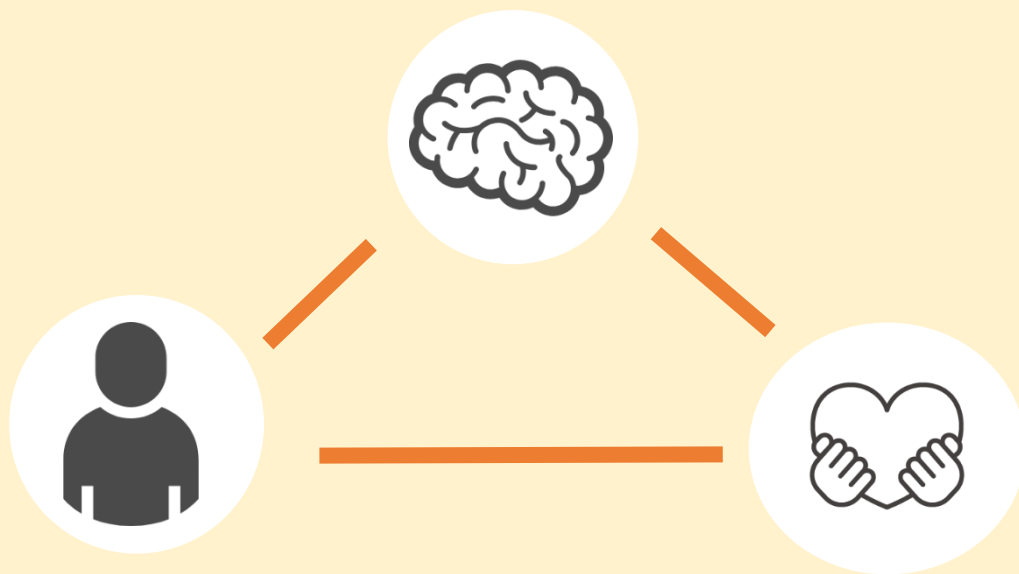


こころといのちの講演会

脳とからだ・こころの関係 ～脳を知って私を整える～

心の落ち込みや体の異変は、気の持ちようではなく、
脳があなたを守るために必死に適応しようとした結果です。

本講演では、脳のメカニズムを知ることで科学的に心を
ケアするコツを分かりやすくお伝えします。



9月24日(木) 14時～16時

生涯学習センター(学びピア21) 研修室 1

14:05～14:15 区の自殺の実態と支援の取り組み 説明
14:15～15:55 講演会 他

対象 区内在住・在学・在勤の方 **定員** 50名(先着順)

講師 お茶の水女子大学 ヒューマンライフサイエンス研究所※
神経生物学・生物物理学

※ 人が生涯を通じて健康で心豊かな生活を過ごすための研究を行う機関

助教
専門



もうない ひろむ
毛内 拡 氏

参加費無料

電話またはオンライン申請でお申し込みください

受付期間 8月26日(水)～9月15日(火)

【お申し込み・問い合わせ先】



足立区 衛生部 こころとからだの健康づくり課
TEL 03-3880-5432

オンライン申請
はこちら



知ると分かる、すると変わる。



SDGs MODEL ADACHI