

市民公開講座「心の健康セミナー」

パニック障害・社交不安障害の森田療法

— 不安やあがり症でお悩みの方へ —

強い不安感から、外出が困難になるなど日常生活に支障が出る『パニック障害』。

人前であがってしまう、ちょっとした対人関係にも恐怖感を抱き、自信を失っていく『社交不安障害』。

本セミナーでは、東京慈恵会医科大学附属第三病院精神神経科にて、森田療法をご専門に入院・外来治療にあたられている中村敬先生をお招きし、わかりやすく、その症状や対処法について、また「森田療法」について教えていただきます。当事者の体験発表や、自助グループの紹介なども行います。

日時：平成23年11月26日(土) 13:30 ~ 17:00 (開場 13:00~)

場所：かながわ県民センター 3F 301号会議室

(横浜駅西口徒歩5分 裏面地図参照)

<プログラム>

I 体験談「6年のひきこもりから社会へ」

II 自助グループミーティングの紹介

III 講演『パニック障害・社交不安障害の森田療法』

講師 中村 敬 (東京慈恵会医科大学教授・同大学附属第三病院副院長・森田療法センター長)

定員 90名 入場無料

申込み方法 住所・氏名を明記し、80円切手を貼付した返信用封筒同封の上、封書にて、下記郵送先「生活の発見会 セミナー係」宛てご応募ください。

お問い合わせ・郵送先

〒130-0001

東京都墨田区吾妻橋2-19-4 リバーあみ清ビル2F

NPO法人 生活の発見会 事務局「セミナー係」

☎03(6661)3800

主催 NPO法人生活の発見会

後援 メンタルヘルス岡本記念財団

東京慈恵会医科大学 森田療法センター



生活の発見会とは？

神経症（パニック障害、不安障害、強迫性障害、抑うつなど）で悩む当事者たちが運営するNPO法人です。40年の歴史があり、1998年「第50回 保健文化賞」を受賞しました。

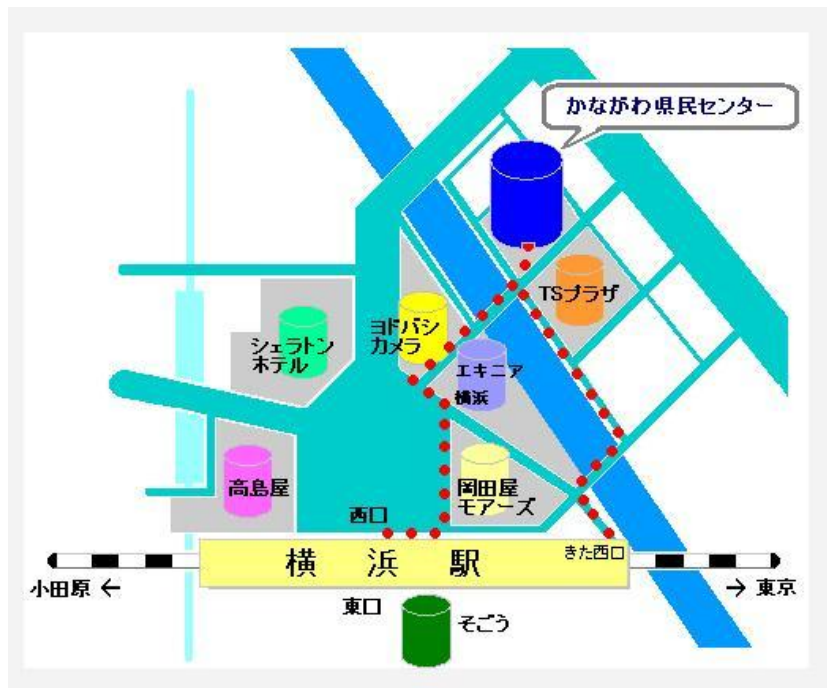
URL : <http://www.hakkenkai.jp/>

☞ 『生活の発見会』で検索ください。

かながわ県民センターの所在地

神奈川県横浜市神奈川区鶴屋町2-24-2

JR・私鉄「横浜駅」西口・きた西口を出て、徒歩およそ5分



横浜市営地下鉄「横浜駅」地下鉄出口8から、地下街をとり「中央モール」を左折し「北6」出口を出て、徒歩およそ2分

