



伝えよう「気持ち良い体験」

～他者に行う呼吸法・マッサージ～

- 概 要：「気持ち良さ」とストレス軽減 講義＋呼吸法実技（山本勝則）
「マッサージによるリスクを最小化する」講義（大野夏代）
【基本手技】の復習（大野夏代）
【応用手技1】短時間マッサージ（山本礼美子）
【応用手技2】触れるだけの手技（鶴木恭子）

- 日 時：2016年7月28日（木） 10:00～12:30（受付9:30より）
- 会 場：札幌市立大学サテライトキャンパス
（札幌市中央区北4条西5丁目 アスティ45ビル 12階）
- 講 師：山本勝則（本学看護学部教授）、大野夏代（本学看護学部准教授）
鶴木恭子（天使大学講師）、山本礼美子（看護師）
- 対 象：本学公開講座「臨床看護師のための指圧マッサージ実践講座」（2007～2012年度）または、「公開講座「気持ち良い体験」をしよう～呼吸法・マッサージによる医療者のセルフケアのススメ」（2013年度～2016年度）を受講した看護職、看護教員、看護学生
- 持 ち 物：動きやすい服装（ジャージ等）、バスタオル、飲み物（必要な場合）
※この他にバインダーがあると便利です。
- 資 料 代：500円
※当日、会場受付にて現金でお支払いください。おつりのないようご協力願います。
- 定 員：30名（先着順） 最少催行人数 5名
- 申 込 方 法：受付開始 5月 6日（金）
 - ①講座名
 - ②氏名
 - ③連絡先住所
 - ④電話番号
 - ⑤FAX
 - ⑥上記対象講座の受講時期（年度、講座名など）
 を明記の上、下記《お申し込み・お問い合わせ先》まで TEL、FAX または E-Mail にてお申込下さい。

《お申し込み・お問い合わせ先》

お電話、FAXまたはメールにて
『講座名・氏名・連絡先住所・電話番号』を
お知らせください。

※お伺いする情報は、参加者名簿（記録用・講師用）の作成、
主催者からの連絡・案内のみに利用させていただきます。

札幌市立大学サテライトキャンパス
TEL：011-218-7500, FAX：011-218-7507
E-Mail：koza@acu-h.jp

札幌市立大学サテライトキャンパス
札幌市中央区北4条西5丁目アスティ45ビル 12階
・地下鉄南北線さっぽろ駅下車 徒歩3分
・JR札幌駅下車 徒歩5分

