



札幌市立大学 専門セミナー

ナースだって癒されたい

～自分を大切にする心のケア体験研修～

- 概 要： 1.ケアリングマインドを基本とした心のケアとは（講義）  
2.看護職における心の保持増進とセルフケア（講義）  
3.アロマセラピー体験により自分の心身をとらえ直す（講義・演習）  
4.ヨガ体験により自分の心身をとらえ直す（講義・演習）  
5.体験の振り返り（演習）
- 対 象： 看護職、看護教員、看護学生（心のセルフケアに関心のある人）
- 日 時： 2019年11月28日（木） 13:00～17:00  
※ヨガマットを使って実技をするため、動きやすい服装でご参加ください。
- 講 師： 猪股 千代子（札幌市立大学看護学部教授）  
鬼塚 美玲（札幌市立大学看護学部助教）  
小端 裕美（北大通りこころのクリニック看護師、アロマセラピスト、ヨガ療法士）  
大瀧 真美（桑園メンタルクリニック看護師、ヨガ療法士）
- 会 場： 札幌市立大学サテライトキャンパス大会議室  
（札幌市中央区北4条西5丁目 アスティ45ビル 12階）
- 資 料 代： 500円 ※当日受付窓口で現金でお支払ください。おつりのないようご協力願います。
- 定 員： 20名【先着順】
- 受付開始： 2019年9月1日（日）9:00より
- 申込方法： 必要事項をご記入の上、下記《お申込み・お問い合わせ先》まで  
TEL、FAXまたはEメールでお申込ください。  
① 講座名  
② 氏名（※領収書・名簿作成のため漢字・ふりがなをお知らせください）  
③ 連絡先住所  
④ 電話番号  
⑤ ご職業  
⑥ 今後の本学公開講座案内の送付希望の有無  
※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。

《お申込・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・ご職業』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:scu-koza2019@acu-h.jp

