



## 札幌市立大学 公開講座

# 「新型コロナウイルスに立ち向う

## 新しい生活様式 ～こころの健康維持・増進～」

- 概 要： 新型コロナウイルス感染症によるこころの健康への影響や人々が感じているストレス、ストレス対策などの現状について、全国調査の結果から説明をします。また、簡単な演習を通し、メンタルヘルス・プロモーションに向けた理解を深め、積極的にこころの健康を維持・増進させるための方法を身に付け実践できるようになるための講義内容です。
- 対 象： ・新型コロナウイルス感染症により制限された生活の中でストレスや不安を感じている方  
・こころの健康を維持・増進に向けた取り組みを行いたいと考えている方
- 日 時： 2021年5月15日(土) 13:30～14:45  
(13:30～14:30 講演、14:30～14:45 質疑応答)
- 講 師： 守村 洋 (札幌市立大学看護学部准教授)
- 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)
- 受 講 料： 無料
- 定 員： 20名(先着)
- 受 付 開 始： 2021年4月12日(月)～5月14日(金) (受付時間9:00～17:00)
- 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  
申込フォーム、TEL、FAXでお申込ください。  
① 講座名  
② 氏名(※名簿作成のため漢字・ふりがなをお知らせください)  
③ 住所(市区町村) ④ 電話番号 ⑤ ご職業  
※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。
- そ の 他： 新型コロナウイルス感染症(COVID-19)の感染拡大によっては、「中止」となる場合があります。新型コロナウイルス感染防止対策を講じて実施します。感染拡大防止のため、次のことをお願いします。(1)参加者には受付にて「緊急連絡先」の記載と利用前の体調等の確認をお願いします。(2)体温測定、手指消毒、マスク装着をお願いします。何卒御理解いただきますようよろしくお願いいたします。

### 《お申込み・お問い合わせ先》

申込フォーム、または下記宛先へお電話、FAX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。



#### 申込みフォーム

[https://www.acu-h.jp/sapporo/archives/manabi\\_share/?p=7572](https://www.acu-h.jp/sapporo/archives/manabi_share/?p=7572)

#### 札幌市立大学サテライトキャンパス

TEL:011-218-7500, FAX:011-218-7507

