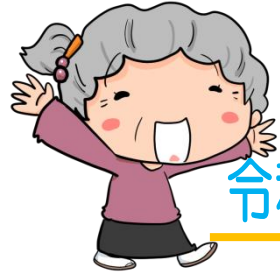


令和元年 10月17日

京都地域密着型サービス事業所協議会
会員事業所 各位

一般社団法人
京都地域密着型サービス事業所協議会
会長 三村 啓
研修プロジェクト委員長 杉原 優子



令和元年度 第4回地域密着型サービス合同研修会



時下 ますますご清祥のこととお慶び申し上げます。
平素は当協議会の活動にご支援を賜り、厚くお礼申し上げます。
さて、今年度第4回小規模多機能委員会・居住系委員会の合同研修会を下記のとおり開催致します。
今回は、「笑いと健康とストレスマネジメント」について、お話していただきます。
ご多忙中とは存じますが、お繰り合わせの上ご参加いただきますよう、ご案内申し上げます。

笑うことで免疫が活性化！笑いの持つ健康効果

笑いが心身の健康の向上に寄与することが、様々な科学的研究により明らかになり「笑いと健康」の関係が今注目されています。笑って時間を過ごすことによって、人と人との繋がりを実感し、心が豊かになります。日常的に良く笑うの方が、ほとんど笑わない人に比べて抑うつ傾向になりにくかったり、認知機能低下のリスクが低いという研究もあります。笑いには様々な健康効果があることが実証されつつあります。皆さんも日常生活の中に笑いをもっと取り入れてみてはいかがでしょうか？



講演テーマ 『笑いと健康とストレスマネジメント』

講師 笑いで健康を促進する大道芸のプロ
田久 朋寛氏 (大道芸人たっきゅうさん)

参加対象 京都地域密着型サービス事業所協議会 会員

開催日時 令和元年12月6日(金)
14:00~16:30 (受付: 13:30~)

場所 ひと・まち交流館京都 2階 第1・2会議室
(住所) 京都市下京区西木屋町通上ノ口上る梅湊町 83-1

参加費 無料

定員 50名

申し込み及び問い合わせ先
一般社団法人京都地域密着型サービス事業所協議会事務局
TEL 075-354-8706 FAX075-354-8770

「参加申込書」にご記入の上、京都地域密着型サービス事業所協議会事務局あてに
FAXまたはメールにてお申し込みください。



講師プロフィール

京大卒の異色の大道芸人として全国で活躍。
京都大学では、統計学的手法を応用して、幸福感や信頼感など、人の心理がどのように形成されるか研究され、笑いの持つ様々な効果や高齢者の心理についても熟知しており、その知見は「ユーモアセラピー」の中でも随所に生かされている。単に楽しいだけでなく、笑いと健康に関する知識を伝え、高齢者の生活の質(QOL)の向上に資する時間を創作され

次第

- 14:00~ユーモアセラピー
 - ・笑いと健康について
 - ・大道芸 (簡単にできる大道芸レク)
 - ・笑いと口腔ケア
- 15:30~休憩
- 15:35~ストレスマネジメントグループワーク
 - テーマ『職場でのストレス』
 - 質疑応答

令和元年度地域密着型サービス研修会 (12/6 開催)

【参加申込書】

申し込みは 11/30 (土) までをお願いします

事業所名			
電話番号		FAX番号	
参加者氏名	(ふりがな)		
		職種 ()	
		地域密着型サービス職員としての経験年数()年	
	(ふりがな)		
		職種 ()	
		地域密着型サービス職員としての経験年数()年	

京都地域密着型サービス事業所協議会 事務局

F A X : 075-354-8770

E - Mail : kyoto-tiiki-mittyaku@lime.ocn.ne.jp