

令和 7 年度難病講演会

「自分自身を思いやるころ」

～もっとセルフ・コンパッションを取り入れよう～

日 時 令和7年 9 月28日(日)13:00～15:30

会 場 西宮市保健所 講堂

講 師 関西学院大学文学部 総合心理学科
教授 有光 興記先生

あなたはストレスを感じることはありませんか。そんなときどうしていますか。
毎日の生活の中であるがままの自分を受け入れて、親しい人に対するのと同じように、自分を大切に、思いやる心を持ってみませんか。

ちょっと一息 落語 甲山落語研究会のみなさま

関西学院大学落語研究会の落語家さんの高座をゆっくりお楽しみください。

難病 Café を開きます

日 時 6 月 24 日 (火) 13 : 30～15 : 00

会 場 西宮市保健所 1 階 講堂

(西宮市池田町 8-11)

費 用 お茶とお菓子代 100 円



患者さんそしてご家族もごいっしょに、お茶のひとときをすごしませんか。患者さん同士の情報交換や交流、また患者会のお世話をしている経験者からいろんなお話が聞けます。当日でも参加できますが、参加ご希望の方はお申し込みください。お待ちしております。

お申込は・・・ TEL:090-6373-3184 まで

※年間4回くらい開催予定しています。「難病連だより」及びホームページでお知らせしますのでご確認くださいよう願いたします。

西宮市難病連主催の、難病相談会・難病講演会の開催時には、西宮市薬剤師会の先生方からおくすり相談を受けられます。個別相談ですので、おくすり手帳などをお持ちいただくと、よりわかりやすく、ゆっくりとご相談ができます。お薬に不安をお持ちの方は、納得されるまでお聞きください。



また、心理相談は、個別相談です。ご相談は個人情報として固く守られています。ご病気のことやご家庭での不安、ご心配なことなどなんでもご相談ください。心理相談については事前にご予約をお願いいたします。

お申込は・・・

TEL:090-6373-3184 まで