

市民公開講座

痛みに負けない

身体と心の作り方

参加費
無料

日時

12月16日(日) 10:00 ~ 12:00 (受付9:30~)

会場

小名浜市民会館

いわき市小名浜愛宕上6-1 電話：0246-54-9174

共催

認定NPO法人いたみ医学研究情報センター
いわき市医師会

講演①

10時10分~11時00分

「姿勢を良くしてみませんか？

～健康寿命の延伸に役立つ心身のセルフケア～

講師：松平 浩先生

(東京大学医学部附属病院22世紀医療センター)



講演②

11時10分~12時00分

「マインドフルネス・アプローチ

～痛みとうまくつきあい、自分らしく生きる～

講師：山本和美先生(西京都病院心療内科)



座長：いわき医師会副会長 緑川靖彦先生
(呉羽総合病院 病院長)

お問合せ

認定NPO法人いたみ医学研究情報センター事務局
〒480-1195 愛知県長久手市岩作雁又1-1
愛知医科大学学際的痛みセンター内
電話：0561-63-1585 FAX：0561-63-1599