

平成 24 年 9 月 18 日

芝浦工業大学柏中学高等学校 PTA 会員各位

P T A 会 長 小 倉 尚 信

文化委員会委員長 岩井 晴美

芝柏PTA 文化講演会のご案内

初秋の頃、会員の皆様におかれましては益々ご清祥のこととお喜び申し上げます。

第 10 回目となる今年の文化講演会は、心理療法家の川畑のぶこ氏にお話し頂く運びとなりました。川畑氏はベストセラーとなった著書「断捨離のすすめ」(同文館出版)で知られます。

「断捨離」とは、家の中にある不要なモノを捨て、本当に必要なモノだけに絞り込んでから、不要なモノの流入を断つことで、過剰なモノによるストレスを取り除き、毎日を快適に過ごすための考え方です。川畑氏は、「断捨離」を広める一方で、サイモントン療法の専門家でもあります。同療法は、米国のサイモントン博士が開発した「がんの心理療法」ですが、患者さんのメンタル面を包括的にケアすることで、心と身体を癒しに導く療法であり、その効果はNHKスペシャルでも取り上げられています。

今年度の講演会では、「断捨離」の話を中心に、モノとの付き合い方から、イライラ・不安といった心の中の不要なモノの片づけ方まで、お話しいたします。この機会に、是非、皆様お誘いあわせのうえご参加下さいますようお願い申し上げます。**参加申込票は9月20日(木)までに**担任の先生へご提出下さい。

メールでも申し込みいただけます。

メール宛先：shibakashibunka2012@yahoo.co.jp (生徒の組・氏名、参加者名・人数を明記してください。)

記

1. 日 時 11月10日(土) 開場 13:30 (13:50 までにご着席下さい)
開演 14:00 (16:00 頃終了の予定)

2. 場 所 芝浦工業大学柏中学高等学校 グリーンホール

3. 講 師 川畑 のぶこ (かわばた のぶこ) 氏 (裏面略歴参照)

4. 演 題 「断捨離のすすめ」

5. そ の 他 * PTA 会員限定です。定員オーバーの場合は抽選とさせていただきます。その場合、改めてご連絡いたします。連絡のない場合はどうぞご参加下さい。

講演時の撮影・録音、
講師への贈り物、
会場での飲食は
ご遠慮願います。

* 新柏駅からスクールバスを随時運行しますので、学校駐車場への車の乗り入れ、城址公園駐車場への駐車は禁止させていただきます。特別な事情により学校駐車場への駐車を希望の方は、申込票に理由を明記しお申し込み下さい。

* 当日の上履きは不要です。

きりとり

きりとり

締め切り 9月20日(木)

「川畑 のぶこ氏講演会」参加申込票

中学・高校 年 組 生徒氏名 _____

参加保護者氏名(参加希望全員のお名前をお書き下さい)

駐車場使用申請書(理由と当日連絡可能な電話番号をお書き下さい)



《講師略歴》

心理療法家（サイコセラピスト）**川畑のぶこ氏**

東京生まれ。

米国マサチューセッツ州エンディコット・カレッジ卒業（AA）後、経営コンサルティング会社、貿易会社勤務を経て、米国にて通訳・コーディネーターとして独立。

通訳の仕事を通じて心理療法に出会う。

2002年に日本帰国後、都内を中心とした複数の医療機関において、がん患者や家族のメンタルケア、および心の悩みやストレスを抱える人々に対して日々カウンセリングを行う。

そのほか、患者会の指導、セラピスト養成研修の指導、医学部での講義、一般市民向けの講演・講義を全国各地にて行う。

「断捨離」を自ら実践し、メンタル面へ及ぼす影響を認識したことから、「断捨離」メソッドの普及にも取り組む。

所属学会： 日本心身医学会、日本サイコオンコロジー学会、日本予防医学会 他

<著書>

『断捨離のすすめ』（同文館出版）

『断捨離 私らしい生き方のすすめ』
（同文館出版）

『断捨離アン（ダンシャリアン）になろう』
（ディスカバー21）

『もっと断捨離アンになろう』
（ディスカバー21）

ほか