

## 第 17 回 「浅草かんわネットワーク」研究会のお知らせ

### マインドフルネスってなあに？ “マインドフルネス認知療法”体験セミナー

マインドフルネス認知療法 mindfulness-based cognitive therapy は、がんを始めとする様々な疾患で、心理ストレス、不安、疼痛などを軽減することが実証されている心理療法です。今回は簡単にできるマインドフルネス・スキルを体験していただきます。緩和ケアや在宅医療に関わる方であれば経験を問わずご参加いただけますが、ホスピス緩和ケア研究財団多施設共同研究事業「がん患者に対するインターネットを用いたマインドフルネス認知療法の実施可能性研究」の一環として行いますので、参加にあたり、受講前後のアンケートにご理解とご協力をお願いいたします。

この研究会は、地域の中で、緩和ケアに前向きに携わっている方の公平・公正な勉強・交流の場として、病院・診療所等問わず、地域医療者・介護福祉関係者等、多職種の間で構成されています。皆様、是非ご参加ください。

日 時：平成 28 年 1 月 22 日(金) 18 時 30 分～21 時 00 分

場 所：台東区民会館 第 2 会議室 (都立産業貿易センター台東館 8F)  
〒111-0033 東京都台東区花川戸 2-6-5 電話：03-3843-5391

参加費：会員 500 円 / 非会員 1000 円

内 容：マインドフルネスってなあに？ “マインドフルネス認知療法”体験セミナー

講 師：藤澤 大介先生 (慶應義塾大学医学部精神神経科/緩和ケアセンター専任講師)

参加申込み締め切り：1 月 12 日

お問い合わせ・申し込み先：FAX 03-3876-9084 (浅草かんわネット事務局) 行き  
(浅草かんわネット HP からの申し込みも受付できます。)

※情報交換会も参加希望の方は当日受付にてお知らせください。

### ●事務局より情報提供・今後の関連活動等

今後の充実した活動につなげるため、「患者さんが安心して過ごせる緩和ケア」という目的のもと、熱く語りあいましょう！少しでも多くの皆様にお仲間になっていただけますと幸いです。  
終了後に新年会も兼ねた懇親会を行います！

特定非営利活動法人 浅草かんわネットワーク研究会

理事長：安達昌子 副理事長：廣橋猛・倉持雅代  
事務局：宮原富士子・西澤文恵

〒111-0032 台東区浅草 3-4-1 ケイ薬局内

TEL03-3876-1506 FAX03-3876-9084

HP：<http://www.asakusakanwa.net/>

## 第 17 回 「浅草かんわネットワーク」 研究会

日時：平成 28 年 1 月 22 日（金）

場所：台東区民会館

### 参加申込書

- 研究会に参加します  
 懇親会に参加します

名前： \_\_\_\_\_

御所属： \_\_\_\_\_

該当に○ 医師 看護師 薬剤師 管理栄養士 理学療法士 介護福祉士  
その他（ \_\_\_\_\_ ）

住所： 〒 \_\_\_\_\_

電話番号： \_\_\_\_\_

FAX 番号： \_\_\_\_\_

メールアドレス： \_\_\_\_\_

参加人数： \_\_\_\_\_ 人（複数の場合ご氏名連記をお願いします）

#### <台東区民会館>

住所：東京都台東区花川戸 2-6-5 （都立産業貿易センター台東館 8F）

電話：03-3843-5391

