

参加無料
要申込

薬に頼らない心の健康法

—うつ・不安・発達障害—

～薬で心は治らない～

現在の、薬物療法に偏している精神医療の実態、向精神薬の副作用、うつや発達障害・ネット・ゲーム依存など、薬に頼らない「生活習慣や栄養学からのアプローチ法」を提言します。

■ 日 時 令和4年 11月 27日 (日)

10:00 ～ 12:00

■ 場 所 青森県総合社会教育センター 第5研修室

■ 講 師 森山 豊明

元県立高校教諭。現在、カウンセリングサロン代表。
心理カウンセラー・音楽活動家。
20年の服薬から完全断薬。

■ 定 員 25 名

■ 持ち物 筆記用具



* 当日は適切なマスク着用でご参加ください。風邪症状のある方、熱のある方は参加をお控えください。
* 検温、アルコール消毒にご協力ください。

お申込み・お問い合わせ

青森県総合社会教育センター あおもり県民カレッジ事務局
〒030-0111 青森市大字荒川字藤戸119-7

TEL 017-739-0900 / FAX 017-739-2570

Mail alis02@jomon.ne.jp

主催：青森県総合社会教育センター

(講座運営：指定管理者：豊かな学びを育む青い森グループ)

右のQRコードから当グループのホームページにつながり、
各講座のご案内をご覧いただけます。https://www.manabi-aomori.com

