

吉川吉美のストレスリダクション研修会

2024、8/24、25

穴水町、輪島市にて



臨床動作法、臨床催眠と、ブリーフセラピーの神髄を探究し続ける吉川吉美先生により独自に発展した「ストレスリダクション技法」身体の動きに注目することで、意欲を引き出し、ストレスを軽減するだけでなく、心身の健康を促進する方法で、脳性麻痺、自閉症、鬱、パニック障害、嗅覚障害、トラウマなど様々な症状に効果があります。日々の臨床、普及活動、被災者支援にと、全国に、時にはアジアに駆けつける吉川先生の、臨床実践の奥義を目の当りにし、そして体験し、技法だけにあらず、人へのまなざしとふれることへの丁寧な姿勢から一緒に学んでみませんか。昨年度に引き続き大阪研修第2弾！もちろん初心者の方、大大大歓迎です。

いつでも新鮮な発見・感覚を得ながら、安心安全な場で、じっくりみんなて学び合えるのがストレスリダクションです。

午前午後それぞれ講義1時間+実習2時間で、じっくり取り組みます。



講師：吉川吉美（ウェルライフ推進協会理事長・愛知学院大学元教授・臨床心理士）

開催日：☆全回：9:45～16:45（受付9:30～、昼休憩 12:45～13:45）（奇数月の第4日曜）

第1回 2025 年

5月25日(日)

第2回 7月27日(日)

第3回 9月28日(日)

第4回 11月23日(日)

第5回 2026 年

1月25日(日)

旭区民センター(和室)

・Osaka Metro 谷町線「千林大宮」駅 4号出口

南西へ徒歩約10分(約770m)

・京阪本線「森小路」駅 西へ徒歩約11分(約870m)

・JRおおさか東線「城北公園通」駅 東へ徒歩約15分(約1,100m)



城東区民センター



・Osaka Metro 長堀鶴見緑地線・今里筋線「蒲生四丁目」駅
1番・7番出口 徒歩約5分

・京阪本線「野江」駅 徒歩約8分・JRおおさか東線「JR野江」駅
徒歩約9分

※いずれかの区民センターで行う予定です

☆椅子、あぐら座、横になるなどの実技中心のワークを行いますので、動きやすい服装で参加ください。

和室利用の場合はヨガマットなどは不要ですが、フェイスタオルなどは各自でご持参ください。

定員： 各回15名

参加資格： 心理・教育・福祉など対人援助職の方や、大学院生・大学生で対人援助職を目指している方

受講料： 5回連続参加をお勧めしますが、各回の参加も可能です。

お申込み：最初に参加する回の
10日前迄にお申込み下さい。

・5回の参加 50,000円 ・2回の参加 24,000円

・4回の参加 44,000円 ・1回の参加 12,000円

・3回の参加 35,000円 (参加費はいずれも税込み)

なお、一旦納入された参加費は返金できません

お申込先： greensquare26@gmail.com (2025 年度大阪研修事務局)まで

【件名】 2025 年度 ストレスリダクション研修会(大阪)

【本文】 1. 氏名 2. 住所・電話番号 3. メールアドレス

4. 所属先(学生の場合は、在学する大学(院)名・学部名) 5. 職種

6. 臨床心理士資格の有無(条件が整えば、臨床心理士会の研修ポイントの申請をします。)

7. 資格(臨床心理士、公認心理師、社会福祉士、教員など対人援助職に関するもの。)の7点

を明記ください。事務局から、参加受付の返信をいたします。