

## 馬場記念病院 地域医療支援室

地域の皆さまの健康をあらゆる面からサポートします。

ちょっと  
役立つ

# ペガサスセミナーのご案内

馬場記念病院では、地域の診療所の先生やペガサス職員によるセミナーを開催しています。

地域住民の方々には日常生活に役立つお話を、医療に従事されているの方々には日々の仕事に役立つ情報を提供できるよう、毎回テーマを決め、定期的に取り組んでいます。参加は無料です。開催日時・場所等ご確認の上、お気軽にお寄りください。

●お問い合わせ先●馬場記念病院 地域医療支援室

TEL 072-265-9083 (直通)

072-265-5558 (代表)

担当 / 吉田・宮川



9月の  
予定

「ストレスと上手に向き合うコツ（方法）をお教えします」

講師：馬場記念病院 臨床心理部 主任

梨谷 竜也

日時：9月29日（木）

午後2時～3時

場所：馬場記念病院

1階 ロビー



内容：「ストレスは万病のもと」とはよく言われる言葉ですが、ストレスは心身にさまざまな悪影響を与えることが知られています。ですが、うまくコントロールできれば、ストレスは人を成長させるものともなりえます。今回のセミナーでは、ストレスとの向き合い方、対処法についてご紹介します。

～お知らせ～

ペガサスセミナーご出席の方に特典ができました。みなさまの参加をお待ちしております。