

明日(日曜日)開催!

皆様お誘い合わせの上、お気軽にご参加ください。

特別講演会

「ストレスとのつきあい方 -10の原則-

講師

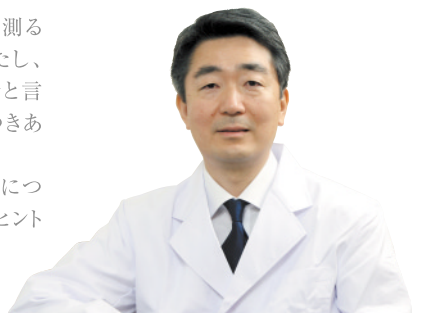
かとう心療内科クリニック
院長/医学博士 加藤 佳彦 先生

時間

午前の部 ▶ 11:00より
午後の部 ▶ 13:30より

ストレスは目に見えないものです。その度合いを測ることはとても難しく、放っておくと体に異常をきたし、いろいろな病気の原因となります。ストレス社会と言われる現代において、日頃のストレスと上手につきあっていくことは、とても大切なことです。

そこで今回の講演では、日常のストレスと上手につきあい、毎日を笑顔で過ごすためのちょっとしたヒントをお話させていただきます。



●講師プロフィール

○医学博士 ○精神保健指定医 ○日本医師会認定産業医

略 歴

昭和58年 新潟大学医学部 卒業
新潟大学医学部精神医学教室勤務
新潟県内の各地の病院で臨床の研鑽を重ねる。
平成 2年 新潟県立療養所悠久荘 医長
平成 4年 新潟県厚生連中央看護専門学校 非常勤講師
平成 8年 「強迫性障害の転帰の研究」で学位取得
同年 新潟県立がんセンター心身科 医師兼務
平成11年 新潟県立療養所悠久荘 精神科部長
平成14年 新潟県立療養所悠久荘の名称が変更となり、
新潟県立精神医療センターとなる
平成17年 新潟県見附市精神科嘱託医
平成18年 新潟県立精神医療センター 診療部長
平成19年 心療内科・神経科 かとう心療内科クリニック 院長

所属学会

○日本心身医学会
○日本認知療法学会
○日本サイコオンコロジー学会
○日本内観医学会
○日本内観学会
○日本嗜癡行動学会
○日本精神神経学会

著 書

「中年期の心の危機」(分担)有斐閣
「中年期の精神医学」(分担)医学書院
「強迫性障害」(分担)学会出版センター など

心の健康チェックコーナー



ストレスチェック

アンケート方式で答える簡単な質問シートで
あなたのストレス度をチェックしてみませんか?



会場



〔精神保健指定医〕
かとう心療内科クリニック
心療内科・神経科

〒950-0121 新潟市江南区亀田向陽1-3-35
【予約制有り】TEL:025-382-0810 URL:www.katokokoro.com

一日体験会

「心」と「体」の健康づくり。

参加
無料

10/21(日)

■開催時間 10:00 ▶ 15:00

開院間近「かとう心療内科クリニック」にて地域の皆様のための「心」と「体」の健康づくり一日体験会を開催します。お誘い合わせの上、お気軽にご参加ください。

会場の
詳細は裏面の地図を
ご参照ください。

※お車でご来場の方は駐車場がございます。
路上駐車はご遠慮ください。

