

NPO法人  
ヘルスカウンセリング  
学会主催

みんなにせみナー

SAT

mini

セミナー  
2023-24

第2回  
1/20  
(土)

誰でも参加できます  
参加費2,000円(税込)  
オンライン

自分をゆるし、まわりと愉しむ  
健康人生のつくりかた



名古屋市役所  
横地裕

小さいころから自分を抑え、自分自身をひ弱なやつだと思って育ちました。家族の入院手術もあり、自分もまわりも健康で元気になりたいと医療関連企業に就職したのですが・・・、会社組織の人間関係に疲れ、体調不良が常態化。そんな僕が無理せず素の自分で生きられるようになった経緯とともに、簡単なイメージワークでSATセラピーの一部を体験していただき、あるがままの自分を生きる意味をいっしょに考えたいと思います。

日時

1/20(土) 19:30~21:30(オンライン)

お申込

お申し込みは 구글フォームからお願いします

<https://forms.gle/6h6FWHX382WRmbaF7>

ヘルスカウンセリング学会事務局

047-314-1959 (FAX: 047-300-8277)

お問合せ

[info@healthcounseling.org](mailto:info@healthcounseling.org)

[祝日を除く火・水・金曜日10:00~16:30]



スケジュールはうしろの頁に↓

SAT

# miniセミナーについて

NPOヘルスカウンセリング学会では、学会設立30周年にあたる2023年より、各分野で活動中の学会員の協力を得、社会貢献活動として、どなたにもご参加いただける「SAT miniセミナー」を開催することになりました。オンラインで2時間のミニセミナーです。ストレスの多い毎日の中で少しでもおだやかに生きるヒントとなれば幸いです。必要な方に届きますように。

開催時期は次のスケジュール表をごらんください。

基本／オンライン（zoom）開催／参加費2000円（税込）

※日程や時間帯が変更になる場合がございますので、ご了承ください。お申し込みの際は、ご確認の上、お申し込みいただきますようお願いいたします。オンラインツールzoomは最新のバージョンでお願いいたします。プライバシーを保てる場所での受講をお願いします。

SAT

ってなに？

SATとは構造化連想法（Structured Association Tecnique）の略語で、構造化された質問をすることで右脳のひらめきを生かし、自分の答えを自分自身でみつけて課題を解決する方法です。筑波大学名誉教授宗像恒次博士が開発者です。

ヘルスカウンセリング学会HP→<http://www.healthcounseling.org/>

次回予告

第3回  
2/22  
(木)

2024年 2月22日（木） 14時～16時

講師 山本潤一

「企業内で、効果的にメンタル対策を実施する際のポイントとは」

1996年に宗像先生と出会い、気づけば20数年以上。宗像先生のご指導を受けつつ、日本メンタル再生研究所の所長として、経営者向けの個人セッションや企業向けの集団サービスに応用し、ビジネスとしてご提供してきました。企業のメンタル対策を成功させる「仕組み作り」と具体的な「上司向け指導法」「部下向け指導法」などをご紹介したいと思っております。

SAT

みんなにせみナー

# miniセミナースケジュール

2023年は多くの方にご参加いただきありがとうございました。  
動きはじめたminiセミナー2024年もよろしくおねがいいたします！

基本/オンライン (zoom)開催/参加費2000円 (税込)

※日程や時間帯が変更になる場合がございますので、ご了承ください。

お申し込みの際は、ご確認の上、お申し込みいただきますようお願いいたします。

## 2024年

2月22日 (木) 14時~16時 講師 山本潤一

「企業内で、効果的にメンタル対策を実施する際のポイントとは」

3月7日 (木) 10時~12時 講師 宗像恒次

「ヘルスカウンセリング学会やSAT法への思い」

3月31日 (日) 10時~12時 講師 石田妙美

「レジリエンス力をUP させる体験講座」

4月27日 (土) 10時~12時 講師 中嶋一恵

「発達にともなうことでの悩みはありませんか」

5月18日 (土) 14時~16時 講師 比護美由紀

「『障害児』を育てる力を生み出すSAT療法」

6月2日 (日) 10時~12時 講師 西川範彦

「統合医療の中でのSAT療法の役割について」

6月30日 (日) 10時~12時 講師 矢島京子

「誰でも持っている遺伝的気質を理解して、人間関係に役立てましょう」

7月予定 19時~21時 講師 紙田剛

「スポーツチームのためのSATアプローチ『動かないトレーニング』」

※セミナー内容詳細につきましては、すこしずつ、ご紹介させていただきます。