



怒り・不安・イライラ 年末一掃フォーラム

2018年12月18日 (火)

入場無料
申込員478名

14:00~16:00 (開場13:15)

川崎市産業振興会館1Fホール (川崎市幸区堀川町66-20)

※状況により予定時間より早めに開場する場合がございます。

【心のお話】

怒り・不安・イライラ！

ネガティブ感情をリセットする習慣とは

川崎幸クリニック 臨床心理士 稲富 正治 (いなどみ まさはる)



【体操】

カッとなったら！イラッとしたら！

突進しないで！その場で解消できる猪田式体操

川崎幸クリニック 理学療法士 猪田 佐和乃 (いのだ さわの)



クリスマス
シークレットコーナー

