

平成30年10月26日

精神科医が教える！

「自分で出来るメンタルトレーニング」講座開催のご案内

佐賀銀行（頭取 坂井 秀明）は、さぎん情報クラブ「リンクス」主催による、「精神科医が教える！『自分で出来るメンタルトレーニング』」講座を開催しますので、お知らせいたします。

私たちが毎日を健康で楽しく、やりがいを持って働いていく上で、職場のメンタルヘルス対策の必要性が叫ばれています。今回の講座では、欧米の有名企業の経営者・幹部社員も取り入れているメンタルトレーニングについての実践方法を解説とともに体験いただきます。

講師はテレビでもお馴染みの精神科医でありタレントの名越 康文氏（なこし やすふみ）が担当します。心身の健康と明るい職場づくりのために、是非とも本講座をご活用ください。

人材育成に取り組む事業者様、一般個人の方も本講座をご利用いただけます。皆さま方のご参加を心よりお待ちしております。

記

1. 開催内容	日時 平成30年11月16日（金） 13:00～14:30 場所 ガーデンテラス佐賀 ホテル&マリトピア （佐賀県佐賀市新栄東3丁目7-8） 定員 30名
2. 講師	精神科医 名越 康文（なこし やすふみ）氏
3. 参加料	リンクス会員企業様 無料 （会員以外の参加者1名様あたり1,000円）
4. お申込み方法	当行ホームページ「セミナー・商談会のご案内」にてお申込みいただくか、別紙の参加申込書に必要事項を記入の上、「リンクス」事務局まで、FAXにてお申込みください。 （HP: https://www.sagabank.co.jp FAX: 0952-24-3130）
5. お申込み期限	平成30年11月15日（木）

※講師プロフィール

1960年、奈良県生まれ。精神科医。相愛大学、高野山大学客員教授。専門は思春期精神医学、精神療法。近畿大学医学部卒業後、大阪府立中宮病院（現：大阪府立精神医療センター）にて、精神科救急病棟の設立、責任者を経て、1999年に同病院を退職。引き続き臨床に携わる一方で、テレビ・ラジオでコメンテーター、映画評論、漫画分析など様々な分野で活躍中。

以上

— 本件に関するお問い合わせ先 —

さぎん情報クラブ「リンクス」事務局
営業支援部 渉外グループ（八田、溝口）
TEL 0952(25)4565

このまちで、あなたと



佐賀銀行

精神科医が教える！

「自分で出来るメンタルトレーニング」講座開催のご案内

さぎん情報クラブ「リンクス」主催による「自分で出来るメンタルトレーニング」講座を開催しますので、お知らせいたします。

私たちが毎日を健康で楽しく、やりがいを持って働いていく上で、職場のメンタルヘルス対策の必要性が叫ばれています。今回の講座では、欧米の有名企業の経営者・幹部社員も取り入れているメンタルトレーニングについての実践方法を解説とともに体験いただきます。

講師はテレビでもお馴染みの精神科医でありタレントの名越(なこし) 康(やす) 文(ふみ) 氏が担当します。心身の健康と明るい職場づくりのために、是非とも本講座をご活用ください。人材育成に取り組む事業者様、一般個人の方も本講座をご利用いただけます。皆さま方のご参加を心よりお待ちしております。

～ 開 催 要 項 ～

開催日時：平成30年11月16日（金） 13：00～14：30

講座内容：精神科医が教える！「自分で出来るメンタルトレーニング」

会 場：ガーデンテラス佐賀ホテル&マリトピア（旧マリトピア）
（佐賀市新栄東3丁目7-8）

参加料金：「リンクス」会員様 無料
（非会員様 1名様につき 1,000円）

募集定員：30名

申込期限：平成30年11月15日（木）

申込方法：右の参加申込書に必要事項をご記入いただき、「リンクス」事務局までFAXください。後程、参加票をお申込責任者様宛に送付いたします。

- ・参加料金は、下記口座に平成30年11月15日（木）までにお振込ください。
- ・振込手数料は貴社にてご負担願います。ご了承ください。
- ・振込金受取書をもって領収書にかえさせていただきます。

【振込口座】 佐賀銀行 本店営業部 普通預金 NO. 2154518 さぎん情報クラブ「リンクス」事務局（研修費用口）

講師プロフィール

名越 康文（なこし やすふみ）氏

1960年、奈良県生まれ。精神科医。相愛大学、高野山大学客員教授。専門は思春期精神医学、精神療法。近畿大学医学部卒業後、大阪府立中宮病院（現：大阪府立精神医療センター）にて、精神科救急病棟の設立、責任者を経て、1999年に同病院を退職。引き続き臨床に携わる一方で、テレビ・ラジオでコメンテーター、映画評論、漫画分析など様々な分野で活躍中。



近著

- ・『Solo Time（ソロタイム）「ひとりぼっち」こそが最強の生存戦略である』（2017年6月 夜間飛行）
- ・「僕たちの居場所論」（2016年5月 角川新書）
- ・「浄心への道順～瞑想と覚りをめぐる初期仏教長老と精神科医の対話～」（2016年7月 サンガ）

テレビ

- ・日本テレビ「シューイチ」
- ・日本テレビ「有吉反省会」
- ・TBS「水曜日のダウンタウン」
- ・毎日放送「ちちんぷいぷい」、「VOICE」
- ・九州朝日放送「土曜もアサデス」他多数出演

～ 参 加 申 込 書 ～

さぎん情報クラブ「リンクス」事務局宛

（FAX：0952-24-3130）

貴社名	(「リンクス」会員・非会員)		
ご住所	〒		お取引支店 () 支店
TEL		FAX	
お申込責任者	御役職		ご芳名
ご出席者名		ご出席者名	
ご出席者名		ご出席者名	
ご出席者名		ご出席者名	
ご出席者名		ご出席者名	

この申込書を本研修以外に利用・第三者提供は致しません。本案内に心あたりのないお客様につきましては、お手数ですがご一報いただけますようお願いいたします。

お問合せ：さぎん情報クラブ「リンクス」担当：八田、溝口 TEL：0952-25-4565

※ 恐れ入りますが、切り取らずにそのままFAXにてお申込ください。

※ 申込みは当行ホームページからも申込みできます。（HP：<http://www.sagabank.co.jp>）