



今よりもっと元気になる♪

治療中の心のストレス

治療をしていると、気分が上がったり下がったり。↑↓ …これって、私だけ？
いえいえ、誰にでもおこりえる妊活中の特徴的な心理です。
このような心の動きを知り、“前向きに”妊活期間を過ごすための講座です。

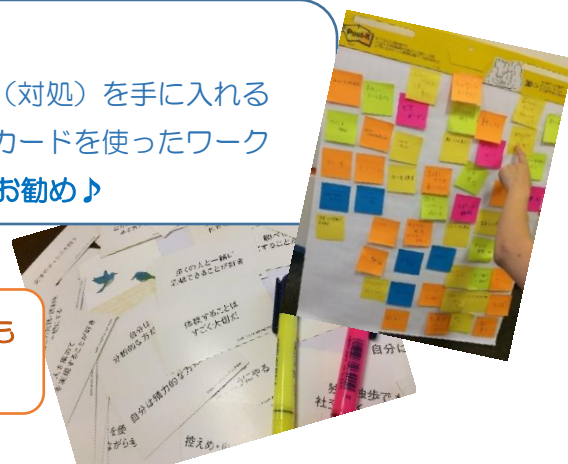
こんな内容です

- 知っておくと楽になる、治療と心の関係 □ストレスコーピング（対処）を手に入れる
 - 妊活期間を人生のプランクにしないコツ □自分らしさに気づくカードを使ったワーク
- ♪妊活中のストレスを減らし、いきいきと過ごしたいあなたにお勧め♪

講師：中辻 尚子

あらかきウィメンズクリニック カウンセラー
(不妊カウンセラー／キャリアコンサルタント)

好評につき今年も
日曜日開催！



2019年 8月25日(日) 午後 2:30~4:00

受付 2:15 開始予定

●参加費:500円(税込) ●定員:10名(当院通院中の女性限定) ●会場:院内待合ロビー

お申込み
方法

下記申込み用紙に記入いただき看護師に
お渡しいただくか、「予約サイト→カウン
セリング→グループカウンセリング→
8月25日」よりお申込みください。

- *お支払いは当日ご参加の際お支払いいただきます。
 - *お子様連れはご遠慮ください。
 - *お申込み後のキャンセルは、早めにご連絡ください。
(直前のキャンセルは下記直通電話までお願いします。)
- 看護師直通電話 080-3544-4359

●ご参加者の感想より

- 気持ちがおほんわきました。
- セミナーの内容も、不妊治療だけでなく今後の人生の事
までお話していただけて、ためになりました。
- 治療中は何よりも優先順位の一番上に「治療」がきてしま
うけど、その中で何が出来るか、のんびり考えてみようと思
いました。
- 好きなことをつきつめたりして、うまくストレスと関わっ
ていこうと思った。



ワークショップ受講申込書

2019年8月25日(日)開催

●お名前 _____ 様 ●診察券番号 _____

●ご連絡先 _____ ※日中連絡が取りやすい番号

●妊活中のストレスやパートナーとのコミュニケーションで困った経験、講師に聞いてみたいことがあるらばお聞かせください。