

奈良女子大学臨床心理相談センター第3回セミナー

る い か つ

『涙活』とは、2013年1月より涙活プロデューサーである寺井広樹氏により提唱されたもので、泣ける映像を見たり、音楽や詩の朗読を聞いたりして能動的に涙を流すことによって、心のデトックスを図る活動です。この一年の間にメディアでも広く取り上げられ、首都圏を中心にその活動の輪は広がってきています。

日時 平成26年 **7月20日(日)** (受付13:00~)

13:30~14:40 講演&動画鑑賞
10分休憩

14:50~16:00 対談(真栄城輝明/奈良女子大学教授)
16:00~16:30 質疑応答

講師 **寺井広樹** 氏 (涙活プロデューサー)

『涙活』発案者。

2013年1月から「涙活」をスタート。現在、泣ける映画、音楽、詩の朗読など毎回テーマを変えて涙活を開催している。

主な著書に『心が元気になる涙のキキメ』(マガジンハウス)、『涙活でストレスを流す方法』(主婦の友社)、

『泣く技術』(PHP文庫)、『涙活ダイエット』(マキノ出版)がある。

涙活オフィシャルサイト:<http://www.ruikatsu.com/>

会場 **奈良女子大学文学系N棟 N101教室**
定員 **100名(事前申込/先着順・入場無料)**

【お問合せ・お申し込み方法】

下記の項目を明記のうえ、メールまたはFAXでお申し込み下さい。

件名「第3回参加申込」

- ① 氏名(ふりがな)
- ② 電話番号
- ③ 本講演を知ったきっかけ
- ④ 職業
- ⑤ 返信用メールアドレスまたはFAX番号

主催：奈良女子大学臨床心理相談センター
〒630-8506 奈良市北魚屋西町
kokoro-center@cc.nara-wu.ac.jp
TEL/FAX：0742-20-3584
HP：<http://www.nara-wu.ac.jp/cpsoudan/>



【会場案内】

- 正門へは近鉄奈良駅1番出口から花芝商店街北へ徒歩5分
- 南門へは近鉄奈良駅5番出口から北へ徒歩約5分

★1週間以内にお返事をさせて頂いておりますが、いただいたメールアドレスにフィルターをかけられている方は、届かない場合があります。

@cc.nara-wu.ac.jp のドメインを受け取る設定にしておいてください。

共催：こころとからだの健康を維持増進するための生活科学研究拠点の形成プロジェクト