



ケアする私を整える

～ 癒やしのカフェ 健康とコーヒー ～

患者さんのケアと同じぐらいに、「ケアする私」のケアも大切です。
コーヒーと幸せについて学びながら「ケアする私」の癒しについて語り合いませんか。

①講演「健康や幸せと、コーヒーの美味しい関係」



講師：杉山 賢明 氏

一般社団法人みんなの健康らぼ 理事/公衆衛生活動家
川久保病院 非常勤医師/総合内科専門医
(疫学研究者として、コーヒー摂取と心疾患・認知症・
がんのリスク低下に関する研究論文や著書を複数執筆)

②「癒し」のためのディスカッション

講師が淹れたコーヒーを味わいながら、
各々のウェルビーイングの工夫について語り合しましょう。

日時：8月28日（金）14：00～16：00（受付13：30～）

会場：岩手県看護協会研修センター 3階研修ホール

対象：岩手県内に勤務する看護職 看護協会会員・非会員
※会場参加 定員50名

参加費：看護協会会員：無料 非会員：1,000円

申込方法：研修管理システム「マナブル」から
お申し込みください



マナブルQRコード

申込期間：6月29日（月）～8月3日（月）



皆さまのご参加をお待ちしております

