



元どおりに 戻ること に こだわらない！ リニューアルされた 自分になるススメ

ドクトル・イチキこと

市来真彦先生

東京医科大学 精神医学分野 准教授

市来真彦先生(いちきまさひこ) 1995年より、精神科病院にて長期入院患者さんの退院促進・地域生活支援に従事。2007年より「こころの元気+」創刊号から「ドクトル市来の病気があっても元気!」を連載。現在産業医として障害者雇用の促進と定着に関わりながら、通院中の患者さんが働き続けることを念頭においた診療を行っている。



くわしくはウラ
(幟旗ではなくチラシの)

事前申込み	当日参加	事前申込締切日
賛助会員 2000円 一般 3000円	賛助会員、一般ともに 3500円	12月13日(金) 定員に達した段階で 受付を締め切ります。

2019 12/21 土

12:30開場 13:00~16:00 30分程度延長する
場合があります

会場 市川市文化会館 2階小ホール
千葉県市川市大和田1-1-5



JR総武線 本八幡駅南口より徒歩10分 / 京成線 京成八幡駅より徒歩15分
地下鉄都営新宿線 本八幡駅A3出口より徒歩10分

お申し込み方法

- 参加費を郵便局の青い振り込み用紙でお振り込み下さい。
口座番号00280-4-116662 加入者名 こんぼ亭
- お名前・御住所・電話番号・イベント名を、ハガキ、電話、メール (comhbotei@gmail.com)、ファックス、のいずれかでご連絡下さい。
- ネット申込みもできます(コンビニクレジットカードでのお支払い)
https://comhbotei62.peatix.com
お振り込み後に参加費は返金ができませんので、ご注意ください。

お問い合わせ ☎ **047-320-3870**
272-0031 千葉県市川市平田3-5-1 トノックスビル2F 認定NPO法人コンボ



こんな方はぜひお越しください!

うつ病で休職中のアナタ
「なかなか治らない」と感じているアナタ

多くの人は「病気が治る⇨病気が起こる前の状態に戻る⇨元どおりに戻る」ことを求めて医療機関を受診します。ところが、その希望は必ずしも叶えられないとは限りません。むしろ私は、精神科の病気の場合は「病気が起こる前の状態に戻る」ことは必ずしもよいことではないと思っています。人の考え方にはクセがあり、そのクセが病気の状態になることに強く影響しているからです。「元どおりの自分に戻ることをめざす」ことに行き詰まり、悩んだあげく、「リニューアルされた自分に生まれ変わることをめざす」ことで元気になっていく人を私はたくさん見てきました。

元どおりに戻ることこだわらず、むしろ「病気があっても、病気になる前よりも元気」になることは誰でも可能だと私は思っています。今回のこんぼ亭では、リニューアルされた自分になるにはどうしたらよいか、そのポイントを楽しくお伝えします! (市来真彦)

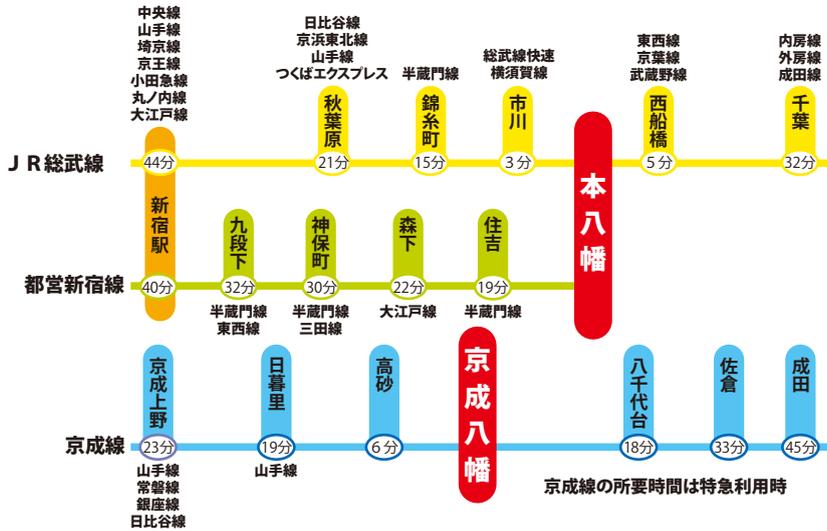


FAX 047-320-3871

〒272-0031

千葉県市川市平田 3-5-1-2 F コンボ

こんぼ亭会場最寄り駅までのご案内



伊藤順一郎から亭主引渡のびら

2011年4月から8年間に
んぼ亭の亭主を務めてまいり
ましたが、今回のこんぼ亭を
もちまして、演者の市来真彦
さんに亭主をバトンタッチする
こととなりました。長年の応
援ありがとうございました。

こんぼ亭 参加申込み票

定員に達した段階で受付
が締めきりになります。



開催日
2019年
12月21日(土)

事前申込締切日
2019年
12月13日(金)

元どおりに戻ることにごこだわらない!
リニューアルされた自分になるススメ

お名前	ふりがな		
ご所属			
賛助会員番号 (コンボ賛助会員の方)	「こころの元気+」送付の封筒の宛名に記載されているID番号(わからない場合は書かなくても結構です)		
連絡先区分	自宅	勤務先	その他()
ご住所	〒 都・道 府・県		
電話番号			ファックス番号
領収証 必要 <input type="checkbox"/>	領収書の宛名 (必要な方のみ) ●領収書をご希望いただいた方には、当日会場でお渡しいたします。		
E-mail :	コンボお知らせメール便に <input type="checkbox"/> 登録する <input type="checkbox"/> 登録しない		



イベントやTV番組などの情報をお届けする「コンボお知らせメール便」にぜひご登録ください!
お知らせメール便は、パソコンか携帯電話にEメールで送るメールマガジンです。

お申し込み方法

- はじめに、参加費を郵便局の青い払込取扱票(振り込み用紙)でお振り込みください。
口座記号・口座番号…00280-4-116662 加入者名…こんぼ亭 通信欄…「○月○日のこんぼ亭参加希望」
- 次に、お名前・ご住所・電話番号・ファックス番号・メールアドレス・コンボの賛助会員は会員番号・イベントの題名(○月○日のこんぼ亭)を、ハガキ、電話、ファックス、メール (comhbotei@gmail.com) のいずれかでご連絡ください。
- ①と②が確認できたら、参加券(ハガキ)をお送りしますので、当日ご持参ください。お振り込み後に参加費は返金できませんので、ご注意ください。お一人様1枚でお申し込み下さい。(複数人数の場合は、人数分コピーをお願いします)
インターネット申込みもできます(コンビニクレジットカードでのお支払い)。下記 URL からお申し込み下さい。
<https://comhbotei62.peatix.com> 入金が確認されましたら、参加券(ハガキ)をお送りします。