

にぎたつトリート（メンタルヘルスセミナー） 実施要領

1 趣 旨

公立学校共済組合愛媛支部の組合員とその家族及び関係所属所職員等を対象に、こころの健康増進を図ることを目的に、にぎたつ会館を会場として各種講座を行う。

2 主 催

公立学校共済組合愛媛支部

3 協 力

人間環境大学総合心理学部

4 会 場

公立学校共済組合道後宿泊所『にぎたつ会館』
松山市道後姫塚118-2 TEL: 089-941-3939

5 内 容

- (1) 瞑想体験講座
- (2) サイレントトリート
(詳細は別添のリーフレットを参照)

6 開催日および実施時間

- (1) 瞑想体験講座
令和6年8月20日（火） 9:00～12:00
- (2) サイレントトリート
令和6年10月19日（土） 9:00～16:00

7 参加費用

- (1) 無料
- (2) 1,000円（昼食代：にぎたつ会館の弁当をご用意します。）

8 対象者

- ・公立学校共済組合愛媛支部に所属する組合員
- ・公立学校共済組合愛媛支部に所属する任意継続組合員
- ・県・市町教育委員会等の関係所属所職員（講師・臨時職員等）
- ・上記の家族
- ・「サイレントトリート」は、「瞑想体験講座」の参加者または他のイベント等で瞑想を経験したことのある者

9 定員

各講座20名

10 参加申込方法

(1) 申込先

公立学校共済組合道後宿泊所「にぎたつ会館」

〒790-0858 松山市道後姫塚1 1 8 - 2 TEL : 089-941-3939

(2) 参加申込書

別紙「様式」による

(3) 申込締切期限

瞑想体験講座 令和6年8月2日(金曜日)

サイレントトリート 令和6年10月4日(金曜日)

ただし、実施日当日定員に空きがある場合は、事前ににぎたつ会館に確認のうえ、受付での申込みも可とする。

11 参加の決定

(1) 定員を超える申し込みがあった場合は、先着順で決定する。

(2) 感染症及び災害等により実施できない場合やその他諸事情によりイベントが中止となった場合は、事前に申込者に直接連絡する。

12 その他

参加決定後、キャンセルする場合は、開催日の2日前までににぎたつ会館まで連絡すること。前日以降のキャンセル、または連絡なくキャンセル(辞退・欠席)した場合は、参加費用を徴収する。