

無業状態で社会的・職業的自立にお悩みの方の保護者を対象に

# 保護者勉強会

～こころが喜ぶ食べ物と食べ方のお話～

講師 小石 亜希子 臨床心理士・公認心理師

日付 令和5年 12月16日(土)

時間 第1部 セミナー 13:30～14:45 (予約制 定員20名)

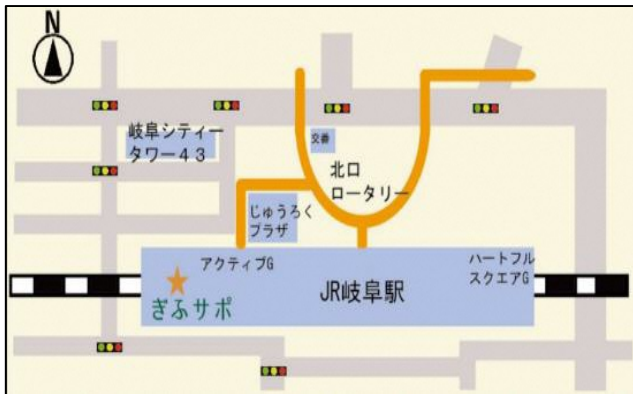
第2部 個別相談 15:00～ (予約制 1組50分 4組)

対象 15歳から49歳までの無業状態の方の保護者、学校中退者の保護者等

会場 岐阜県若者サポートステーション  
(岐阜市橋本町1-10-1 アクティブG 2F)

※専用の駐車場はございませんので公共機関のご利用をお勧めいたします。

参加費 無料・要予約



私たちの体は食べたものからできていますが、感情をつかさどる物質も食べたものからできています。

ということは、どのような食べ物をどのように身体に取り込むか？ということも(環境や本人の性格・考え方と同じく)、少なからず心の健康に影響してくると言えます。

今回の保護者勉強会では、心と食べ物の関係に焦点を当て、心が喜ぶ食べ物と食べ方についてお話をさせていただきます。ぜひお子さんに提供するお食事の参考にさせていただければと思います。

お問い合わせ・お申し込み

## 岐阜県若者サポートステーション

岐阜県岐阜市橋本町1-10-1 アクティブG 2F

電話 058-216-0125

(受付時間:月～金 10:00～17:00)

Eメール gifusapo@icds.jp

(メールでお申し込みの場合、件名に「保護者勉強会希望」  
本文に氏名、電話番号、個別相談希望の有無を明記ください)

※いただいた個人情報はサポートステーション事業以外での利用はいたしません。

主催:岐阜県産業人材課 実施:岐阜県若者サポートステーション