

沖福連 精神保健福祉研修会 “家族大会2022”

# 精神科医 榊沢紫苑 講演会

## × 障がい者家族会



眠れなくても全然オッケー! 【精神科医・榊沢紫苑】  
再発予防が9割! 【精神科医・榊沢紫苑】  
病気を治す、唯一の方法 【精神科医・榊沢紫苑】



どなたでも**無料**で  
ご参加いただけます  
が、事前のお申し込み  
が必要です。  
(詳しくは裏面)



(※オンライン配信あり)

## 西原町さわふじ未来ホール

# 2022.10.21 (金)

会場住所: 西原町字小波津555 | 14:00-16:50  
(受付開始13:30~)

### 【榊沢先生とはどんな人?】

精神科医。累計発行部数200万部突破のベストセラー作家で、またインターネット動画Youtubeのチャンネルでは35万人を超えるフォロワーを有します。  
(著作に『ストレスフリー超大全』、『毎日を楽しめる人の考え方』、『精神科医が見つめた3つの幸福』他多数)