

すべての人におくる

# ウェルビーイング セミナー

参加費  
無料

「自分を大切にできる力」を学び、日々の生活や人間関係をよりよくしていきませんか。

2026  
8月2日(日)

時間：10:00～15:30

会場：さんかく岡山

定員：会場各回30名

(①のみオンライン参加も可20名)

※ご希望の回をお申し込みください

①

10:00  
～  
12:00



講師 近藤卓さん

日本ウェルネススポーツ大学教授  
日本いのちの教育学会理事長

「子どもの自尊感情をどう理解し育むか  
～子どもの幸せのために、今すぐ私たちに  
にできること～」

自信のない子には、いいところ探しをしてあげたり、ほめてあげたりすることが大切だと言われます。でもそれでは、自尊感情の一部分がふくらむだけです。自尊感情のもう一つの大事な部分の存在を理解し、それをどう育むのか。子どもの本当の幸せのために、今すぐ私たちにできることをお伝えしたいと思います。

②

13:30  
～  
15:30

「プレコンセプションケア」を知ろう

「プレコンセプションケア」という言葉をご存知ですか？  
将来のライフプランを見据えて、日々の生活の中で自分たちの健康に向き合うことです。

子どもたちが、自分の夢の実現に向けて、身体と心の健康を得ていくために、どんな力を、いつから身につけていけばよいかをお話したいと思います。



講師：富岡美佳さん

おかやまライフスキル研究会会長  
岡山大学大学院保健学研究科客員研究員  
豊橋創造大学保健医療学部看護学科 教授



# すべての人におくる ウェルビーイングセミナー

2026年8月2日(日)10:00~15:30 会場:さんかく岡山

## [申込・問合せ先]

岡山市男女共同参画社会推進センター「さんかく岡山」 TEL:086-803-3355

E-mail:sankaku@city.okayama.jp 電話・FAX・メール・電子申込で受付しています。

**FAX送信先** ➡ **086-803-3344 さんかく岡山** 岡山市男女共同参画社会推進センター

ふりがな			電子申込
名前			
電話番号			
希望の受講形式、講座 に○を入れてください	受講形式	希望する講座	
	<input type="checkbox"/> 会場	( ) ①	( ) ②
	<input type="checkbox"/> オンライン	①のみ	
メールアドレス			
オンライン参加の方は必須			

個人情報は適切に管理し、この講座のみに使用し他の目的で使用することはありません。

近藤卓さん

## 講師紹介

富岡美佳さん

日本ウェルネススポーツ大学教授、日本の教育学会理事長。臨床心理士、博士(学術)。大学教員の傍ら、約40年間中学校、高等学校でのカウンセリングを实践。『子どもの自尊感情をどう育てるか』『乳幼児期から育む自尊感情』『ありのままの自分』など著書多数。NHKテレビなど、メディアでも自尊感情の大切さを訴えている。



2000年から、生きる力、ライフスキル教育をライフワークとして地域や学校での活動をしてきました。

### ●「さんかく岡山」へのアクセス●

住所：岡山市北区表町三丁目14番1-201号 アークシア表町2階

■ JR岡山駅から南東へ約1.5Km(徒歩約20分)

■ 路面電車

<清輝橋線>新西大寺町筋下車 東へ徒歩約1分

<東山線>西大寺町下車 西へ徒歩約3分

■ 天満屋バスステーションから南へ約500m(徒歩約7分)

■ 最寄りのバス停留所 新西大寺町筋バス停

\*契約駐車場はありません。お車で越しの方は、近隣の有料駐車場をご利用ください。

