

【北大関西同窓会 2026年4月「三金会」開催のお知らせ】

「三金会」は、北大関西同窓会会員向けの企画ですが、北大生、北大卒業生の方も参加頂けますので、奮って参加ください。またzoomでのご参加も可能ですが、有償（1回500円）となりますのでご注意願います。

- 日時 2026年4月17日（金） 18:30～21:00
- テーマ 精神科リハビリテーション 作業療法と心理療法～ココロとカラダは繋がっている。身近なメンタル不調との付き合い方～
- 講師 小澤裕子 先生（平成11年 北海道大学医療技術短大部作業療法学科）
大阪公立大学生生活科学部生活科学研究科総合福祉・臨床心理学分野特任助教
- 小澤裕子先生について 大阪生まれ大阪育ち。北大医療技術短大部作業療法学科平成11年卒業。
卒後は精神科病院にて院内作業療法、作業療法士養成専門学校教員、訪問看護ステーション、などに従事。大阪市立大学大学院生活科学研究科にて臨床心理士資格取得し、現在は大阪公立大学生生活科学部・大学院生活科学研究科臨床心理学コースにて特任助教をしています。
- 講演要旨 北大卒業後、医療、教育、福祉の領域でメンタルヘルスに携わってきました。メンタルが健康ということには、より良くよく生きる（ウェルビーイング）という概念も含んでいます。
「こころの病」に皆様はどのようなイメージをお持ちでしょうか。まだまだ偏見が多い領域だと思いますが、誰でも自分のキャパシティを越えるストレスに晒されると心のバランスを崩します。では心のバランスを崩した時はどうすればいいでしょうか。こころの病というと心理療法（カウンセリング）が浮かぶ方が多いと思いますが、実際に昔から精神科病院で実施されているリハビリテーションは作業療法です。
今回は①こころの病とは②作業療法とは③心理療法とは④こころの健康のためにできることは何かとは、をダイジェストでお伝えします。
- 開催場所 大阪駅前第2ビル2F 北大会館 会議室
- アクセス 大阪駅、梅田駅からは地下街で「JR北新地駅」への案内に従ってお進みください。そのうち「大阪駅前第2ビル」の表示が出ます。第2ビルに入られましたら、エスカレーター（1台しかありません）で2階までお越しくください。降りて左手に進み、エレベータの前を通過して突き当たり、右手に北大会館がございます。
- 参加費 ￥2,000（講演終了後、約1時間の懇親会を実施します。）
- zoom参加 zoomでもご参加いただけます。zoom参加費は1回500円で、半年間の参加回数実績に基づき請求させていただきます。zoomURLはお申込みいただいた後に連絡いたします。
- 申込締切 2026年4月14日（火）
現地参加は定員20名です。20名を超えた場合はzoomでの参加をご連絡します。
- 申込方法 申込は下記のURLにアクセスしてお申し込みください。（赤字の項目は、必須です。）
申込先URL
<https://forms.gle/JGchQ2jBa9hFgM3o8>
QRコード



または、北大会館（elmkansai@hokudai-kansai.org）に、メールでお申し込みください。