

Wellness Recovery Action Plan (WRAP)

元気回復行動プラン 集中クラス

WRAP (Wellness Recovery Action Plan/元気回復行動プラン) とは、

日々の暮らしの中で「いい感じの自分」にいるために、

また、「こうでありたい」と思う人生を創り出すために、

自分自身でデザインするプランです。

「元気でいられるために、他の人はどのような生活の工夫をしているのだろう？」

そんな疑問に、自分 1 人では考えつかなかった新たな気づきの発見に出会えるかもしれ
ません。是非一緒に、WRAP の世界に触れてみませんか？

日程：2019年7月13日(土)～14日(日)

時間：9:00～16:00

場所：宮古山口病院 北棟 2 階プライムホール

岩手県宮古市山口 5 丁目 3 番 20 号

JR 山田線宮古駅から車で 10 分程度。近くに昼食を買える場所がない

ため、お弁当はこちらで準備します。

【申し込み先】お名前（修了証に記載するため）、メールアドレス、連絡先電話番号、懇親会参加の有無をご記入し、下記のメールアドレスまでお願いいたします。

restart.fujita@gmail.com

藤田茂治：訪問看護ステーションりすたーと

【参加対象】

2日間とも参加できる方

【参加費（資料代）】

1500 円（二日間の昼食のお弁当代含む）
（1 日目の朝受付時に、お支払いください）

【募集人数】

16 名（定員になり次第締め切ります）

【ファシリテーター】

◎そうちゃん（矢山壮/関西医科大学看護学部）

コモンくん（藤田茂治/訪問看護ステーションりすたーと）

プロフェッショナル★（居馬大祐/訪問看護ステーションりすたーと）

村ちゃん（村尾真治/訪問看護ステーション Reaf くるめ）

ベーちゃん（安部圭太郎/医療法人清風会茨木病院）

ユウちゃん（廣川祐司/医療法人嶺南こころの病院）

ちえちゃん（中嶋智恵子/宮古山口病院）

アンジー（松本貴子/宮古山口病院）

くらのすけ（大石 睦/宮古山口病院）

G さん（小成祐介/宮古山口病院）

1 日目終了後に、

懇親会を予定しています。

懇親会参加希望の方は、

お申込み時に「懇親会参加希望」と

お伝えください。

懇親会費は 4000 円程度です。