



振り回されない



他人の身勝手なフキハラに!

～科学的根拠と対処法を知れば脳もごきげんに～

講演内容

不機嫌な態度をとることで、相手に不快な思いをさせたり、過剰に気を遣わせたり、精神的な苦痛を与える「不機嫌ハラスメント(フキハラ)」は本人が意図している、していないに関わらず起こります。

- パートナーが不機嫌そうにしているだけで、気分が落ちつかない。
- 人が怒られているのを見ると、自分まで不安になってしまう。

あなたにもきっとこのような経験があるのではないでしょう。

今回の講演を通して「フキハラ」の正体を知り、職場や家庭で良好な関係を築くヒントを学びましょう。



みつくら やす え

講師：満倉靖恵 氏

慶応義塾大学理工学部システムデザイン工学科 教授
同大学医学部精神神経科学教室 兼任教授

～講師プロフィール～

- 脳神経メカニズム・感情・睡眠・うつ病・認知症などに関する研究に従事。
世界初の脳波によるリアルタイム感情認識ツール「感性アナライザ」を開発。
世界初の脳波による軽度認知障害検出アルゴリズム、ホルモン認識ツールを開発。
心拍のみによる睡眠の5段階判定、画像のみによる心拍検出など、特許17件取得。
- 番組出演
【テレビ】
TBS「情報7days ニュースキャスター」
TBS「ひるおび」
日本テレビ「カズレーザーと学ぶ。」

日時

令和8年 1 月 10 日(土)

13時30分～16時 (開場13時～)

開催
場所

名古屋市総合社会福祉会館(北区役所)7階 大会議室
(北区清水4丁目17-1)

定員

120名程度(先着順) 要約筆記・手話通訳あり
(手話通訳をご希望の方は申込時にチェックをお願いします)

申込方法

電話・FAX(裏面参加申込書) または 下記2次元コードより申込
申込締切:令和7年12月26日(金)

申込問合せ先

北区社会福祉協議会
TEL:915-7435/FAX:915-2640



北区精神保健福祉ネットワーク「メンタルネットきた」とは

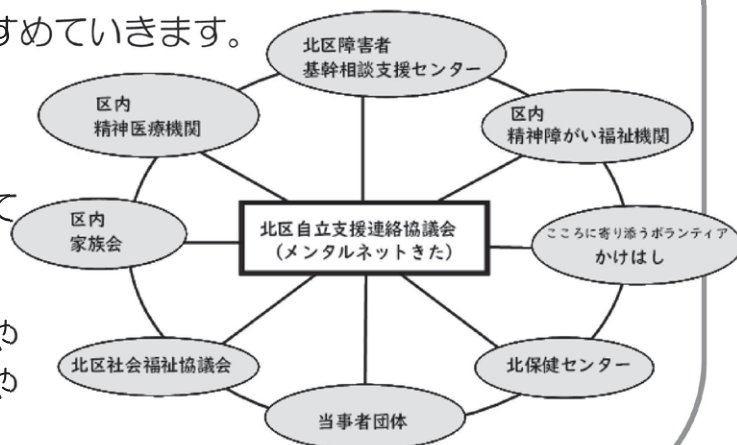
北区精神保健福祉ネットワーク「メンタルネットきた」は、区内の精神医療・保健・福祉の機関が中心となり、ネットワークを生かしながらこの地域に住む「誰もがこころ健やかにくらせるまちづくり」を目指して2007年12月に設立されました。

具体的な活動として以下のことを目指します。

① 生活のサポート体制の整備をよりすすめていきます。

② こころに病気や障害をもっていても地域の中で自分らしく当たり前に生活できるような支援体制の整備をすすめていきます。

③ 心の健康に関する正しい知識の普及や交流の機会を作り、住民の方々の理解や支援者づくりを目指します。



令和7年度 こころの健康講演会

参加申込書

申込期限： 令和7年12月26日（金）

FAX番号： 915-2640

お 名 前	
ご 所 属	(ご所属があればご記入ください)
お住まいの地域	名古屋市（ ）区 ・ 市外
連 絡 先 (電話番号)	
必要な配慮	手話通訳 ・ 要約筆記 ・ その他（ ） ※ご希望の方は○をつけてください

【注意事項】

◎申込は先着順となります。定員になり次第締め切らせていただきます。

◎申込者多数により受講いただけない場合についてのみ、事務局より連絡させていただきます。

◎会場駐車場には限りがございます。なるべく公共交通機関をご利用ください。