



学生相談センターセミナーシリーズ

ストレス・コーピングのための

# マインドフルネス瞑想

日常の忙しさから解放され、  
心豊かな時間を過ごしませんか？

**2024.9.18 (wed)**

PM1:00～PM2:00

オンサイト・オンライン同時開催

**オンサイト会場** (お好きな会場をお選びください)

北部相談室会場 旧演習林事務室ラウンジ (定員8名)

吉田南相談室会場 楽友会館 (定員8名)

桂相談室会場 船井交流センター1F会議室 (定員6名)

宇治相談室会場 生協会館2階宇治相談室内 (定員8名)

**※オンライン参加の方には、申し込み後ZoomURLをお送りします**

本セミナーの詳細は  
こちら↓



申込はこちら↓



9/13

金

17:00  
申込締切



本セミナーは、  
京都大学の学部生・大学院生の方  
にご参加いただけます。

お問合せ先：学生相談センターセミナー・イベント申込窓口  
event-ssc@mail.assdr.kyoto-u.ac.jp