

勤労者

伊賀地区労福協

ゆとりフェス 2025 デイバール

2025年11月9日(日)

参加費:無料

場所:ハイトピア5F 多目的大研修室

〒518-0873 三重県伊賀市上野丸之内500

伊賀・名張エリアで働くすべての(会員・一般)人が、こころ元気に
仕事ができるよう、ぜひとも鎌田敏さんの講演をお聞きください。
一般のみなさまの参加もお待ちしています!!

労福協福祉研修会

第1部 9:20~10:15

福祉事業団体(伊賀地区労福協・東海ろうきん・
こくみん共済coop・三重県住宅生協)による研修会

第2部 10:30~12:00[90分]

講演会「こころ元気に 仕事をするには」

～ストレスコントロールで心のパワーを高めよう～

講師

かまた びん
こころ元気研究所 所長 鎌田 敏 さん

profile 1968(昭和43)年生まれ。大阪育ち。

神戸大学卒業後、入社と同時にバブル経済の崩壊、いきなりリストラを経験。様々なアルバイト経験ののち、神戸大学大学院に進むが、卒業時に阪神大震災が襲う。神戸の地で「人生二度なし」の想いが心に刻まれる。その後、企業にて技術職、営業職、管理職に携わる。その間、パニック障害が発症し、格闘しながらの日々が続いた。様々な想定外の出来事を通して「人生は心のあり方ひとつでガラリと変わる」「自分から変わろうと行動することで扉は開く」ことに気づき、「こころ元気に積極的に生きる」ことの大切さをあらためて深く心に抱く。

2005(平成17)年「こころ元気研究所」を設立。すべての世代の笑顔と元気を応援すべく、こころ元気配達人として講演活動を始め。出会いに感謝の日々。全国各地で講演・研修活動を行なっている。



1部、2部ともに

先着順

一般の方も大歓迎

※定員になり次第〆切り

後援



こくみん共済〈全労済〉
全国労働者共済生活協同組合連合会 coop

JSK 三重県住宅生協

お問い合わせ:  伊賀地区労働者福祉協議会

三重県伊賀市平野山之下380番地5 伊賀市総合福祉会館内
TEL:0595-24-7198 (火曜日・木曜日 9:00~17:00)

伊賀地区労福協

ゆとりおたのしみ広場

場所：上野市駅前 多目的広場 11:00-15:00 荒天中止

伊賀・名張エリアにお勤め(お住まい)のみなさまへ…ゆとりフェスティバルに集合！
ご家族そろってぜひお越しください!!

夢ビエロ マーヤさん

バルーン
アート

キッチンカー

ぬりえ体験
コーナー

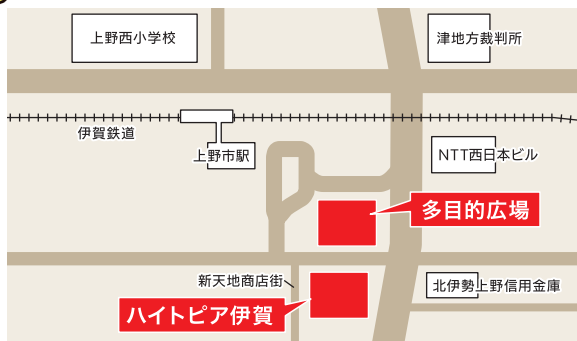
わなげ

わたがし
づくり
体験

スーパーボール
すくい

こくみん共済coop
公式キャラクター ビットくん

労福協マスコットキャラクター
きょうちゃん



駐車場のご案内

車でお越しの方は臨時駐車場(伊賀市総合福祉会館)から送迎バスでスタッフが送迎させていただきますので、ご協力よろしくお願いいたします。

※送迎は往路のみ(帰りは駐車場まで徒歩10分)となっています。

※送迎バス 8:45~10:25内 随時

講演後は、「ゆとりおたのしみ広場」にお立ち寄りください。楽しいゲームや体験コーナーも

当日は混雑することが予想されます。台数が限られていますので、できるだけ公共交通機関をご利用ください。

また、近隣店舗や近隣施設駐車場へお車を駐車されますと、それぞれの店舗や施設をご利用されるお客さまへ、大変ご迷惑となりますので、おやめいただきますようお願いいたします。



お問い合わせ：伊賀地区労働者福祉協議会

三重県伊賀市平野山之下380番地5 伊賀市総合福祉会館内
TEL:0595-24-7198 (火曜日・木曜日 9:00~17:00)