

❀体験参加者募集❀

# 「川の読書席」で

# ストレス解消?



お土産  
付き!



当館の「川の読書席」には利用者の皆様に居心地良く読書等をしていただくために、ある取組みが行われています。この取組みについてご説明させていただくとともに、利用者の皆様の居心地がどう表れているかを、自律神経測定アプリケーション「Lifescore Quick」を活用したモニタリングを実施します。（匿名で行うため、個人情報には開示されません。）

今回のモニタリングで活用する自律神経測定アプリケーションLifescore Quickの簡易版で、テレビ情報番組「世界一受けたい授業」などでも話題となった、スマートフォンを活用したストレスチェックアプリ「COCOLOLO（ココロ炉）」を開発したWINフロンティア代表の板生様（産業カウンセラー）を講師にお招きし、自分でできるココロのストレスチェックについてのセミナーをあわせて開催いたします。

■日時： **3月5日(土) 午後1時～3時30分**

■場所：八千代市立中央図書館 研修・会議室+川の読書席

■対象：高校生以上

■定員：30名

■内容：川の読書席での居心地モニタリングと  
セルフ・ストレスチェックに関するセミナー

■特典：施設内「アルトマーレ」のドリンク券や、  
蛍光マーカー等をプレゼント!

## 【講師紹介】板生 研一

株式会社WINフロンティア代表取締役社長兼CEO  
一橋大学卒 英国ケンブリッジ大学経営大学院経営学修士（MBA）  
順天堂大学医学部博士課程在籍中（自律神経とパフォーマンスを研究）  
産業カウンセラー（日本産業カウンセリング学会正会員）  
米国公認会計士、一般社団法人先端医科学スポーツアカデミー理事

先端テクノロジーを使って日本のヘルスケア産業の成長に貢献し、  
日本人の健康寿命を延ばすことを目指している。

〈指定管理者：オーエンス・TRCグループ〉