

第55回 吹田祭

展示会 10月26日,27日

生け花

12:00~14:00
@センテラス・サロン

お茶席 10月26日,27日

12:00~13:00
@センテラス・サロン

お抹茶とお茶菓子でちょっと一服

入場無料・お茶席は各日 先着150名

主催：吹田祭実行委員会

共催：大阪大学工学研究科・大阪大学教職員組合 工学部支部

協賛：大阪大学工業会

O U C E

Osaka University Chamber Ensemble

大阪大学室内楽アンサンブル

第41回演奏会

2026年11月1日(日)

13:30開場 14:00開演

大阪大学コンベンションセンター MOホール

大阪大学 第55回吹田祭

フルート、ピアノ

アンダンテとロンド Op.25 ドップラー

ピアノ、オーボエ、クラリネット、ファゴット、ホルン

ピアノと管楽のための五重奏曲 K.452 2,3楽章 モーツァルト

リコーダー四重奏

クリスマス協奏曲 コレルリ

全体合奏

仮面舞踏会 より ワルツ ハチャトウリアン

フルート二重奏、木管アンサンブル 他数曲

お問い合わせ: 四宮: shinomiya@chem.eng.osaka-u.ac.jp

URL <http://orchestra.musicinfo.co.jp/~ouce/index.html>

※当ホームページは、クラシック音楽情報センター

(<http://www.musicinfo.com>)より、サーバーの無償提供を受けています

第55回
吹田祭

講演会

ストレスと 向き合うために ～レジリエンスとウェルビーイング～



概要

現代は、年齢や立場を問わず、誰もがストレスや不安を抱えながら生活していると思います。本講演では、ストレスとどのように向き合い、心の回復力であるレジリエンスを育て、心の豊かさであるウェルビーイングを高めていくための考え方と実践方法をお伝えします。感情のコントロール、視点の切り替え、人とのつながりを深めるための受容・理解・共感・労い・感謝といった人間関係の構築について解説しながら、ストレスを抱えながらも前向きに生きるための“心の技術”をご紹介します。



日時

11月10日(火)
13:30～15:00



会場

センテラスサロン
(工学部キャンパス)

講師

根岸 和政 先生

大阪大学大学院工学研究科
レジリエンスサポート&トレーニングセンター
准教授 公認心理師



大阪大学吹田祭実行委員会

主催：工学研究科准教授会