

説明用資料の販売(2)

★みなさんがセッションで用いる説明用資料

2つ目の推薦配布資料を作成しました。
ご希望のかたに販売します。

マインドフルネス精神療法研究会（D1）に、はじめて参加されるかたには、1部ずつ配布します（参加費に込み）。

★ 購入できるセッション用の資料は、3つになりました。

- 1)「マインドフルネス SIMT 呼吸法・自己洞察法」(ENT-01)
- 2)「図解 うつ・不安障害を治すマインドフルネス
前編(セッション①～⑤)」(ENT-04)
- 3)「図解 うつ・不安障害を治すマインドフルネス
後編(セッション⑥～⑩)」(ENT-04-B)

★購入方法、価格は「冊子の購入・価格」をご覧ください。