

メンタルヘルス研修旅行2026年・プログラム
キャンパスライフ・健康支援センターが企画する

就活の面接で
話す“自分らしさ”が
見えてくるかも！

“なんとなく不安”
を整理して
みませんか？

レゴ® シリアスプレイ®

で自己理解を 深めてみませんか？

日程

2026 9月9日 水 — 9月10日 木 (1泊2日の宿泊研修)

定員

10名(先着順となっています) ※キャンパスライフ・健康支援センターから3名程度教職員が同行予定。
※神戸大学の学生も数名参加予定です。

参加費

10,000円 程度(交通費、宿泊費、食費3食含む)
※1日目の昼食は自由食となります。※宿泊は大部屋でのご利用となります。

参加条件

保証人の許可を得ること。

宿泊先

ホテルシーアイガ海月
〒656-2121 兵庫県洲本市安乎町平安浦 1970-6
TEL: 050-3160-0455

申込方法

【締切】

8月6日(木)

<https://forms.office.com/r/RGGxaKyxqD>

Formsで
申し込みください



集合・解散場所



移動はバスで行います

\ 8:15 集合 /

和歌山大学 南1号館前駐車場

和歌山大学前駅(南海)

三ノ宮駅(JR)周辺

※最終解散予定時刻 17:45 和歌山大学

プログラム

詳しいプログラムはキャンパスライフ・健康支援センターで配布。

- 1日目 午前 移動
- 1日目 午後 プログラム①レゴ® シリアスプレイ®、
プログラム②グループ活動
- 2日目 午前 プログラム③レゴ® シリアスプレイ®
- 2日目 午後 プログラム④グループ活動、移動

※主なプログラムは、レゴ® シリアスプレイ®(レゴ® ブロックを用いたワーク
シヨップ)です。

※レゴ® シリアスプレイ®とは、「話す・聴く・問いかける」をベースにした
真剣な遊びのワークです。思考の枠を超えて、発想の柔軟性を高める
ことができます。

※作品に上手、下手はありません。真剣に楽しみ、「話す・聴く・問いかける」
ことを通じて自己理解を深めましょう。

参加者の声

レゴを用いることで、
より自分の気持ちが
明確になりました。



レゴブロックを使った
体験のほか、さまざま
な体験ができ、良い
経験になりました。



講師 村中 泰子 氏(神戸大学 インクルーシブキャンパス&ヘルスケアセンター)、森田 真吾 氏、熊澤 謙太郎 氏

【主催・問い合わせ先】キャンパスライフ・健康支援センター ☎073-457-7965 ✉hokekan@ml.wakayama-u.ac.jp

【後援】神戸大学 インクルーシブキャンパス & ヘルスケアセンター