

# BODY IMAGE

Be Haooy with your Body



## 鏡にうつる自分のこと、好きですか？

自分の身体を良く思えるようになることを目的としたグループアプローチ「ボディ・プロジェクト（Body Project）」は、ボディイメージに懸念のある女性は誰でも参加できます。1セッション1時間、全4セッションで構成されています。参加者数は6名程度。身体満足度の向上、摂食障害予防への効果が科学的に確認されたアプローチです。

詳しい情報は、サイト「ボディ・プロジェクト福島」をご覧ください。

<https://bodyprojectfukushima.jimdo.com>

お問い合わせ先

福島大学

子どものメンタルヘルス支援事業推進室

〒960-1296 福島県  
福島市金谷川1番地

FAX 024-503-3414

[http://  
cmhc.net.fukushima-  
u.ac.jp](http://cmhc.net.fukushima-u.ac.jp)

