

日本でも、ここ十数年で4倍以上に増えている“うつ病の真実”とは？

“うつ病の真実”これだけは知っておきたい講座 ～予防と正しい理解のために～

■実際に“体験”してみて、これだけは伝えたいこと・・・

- ちょっと意外かもしれない？！ 予防のポイントとは？
 - 「うつ病をこころの病」と考えるとうまくいかない？！ 実際の“回復法”とは？
 - 他の病気でも使える？！ 成果が上がった「食事法」とは？
 - 考え方、性格、メンタル面は変えなくていい？！「メンタル面」の対処法とは？
 - 聞いていたこと、思っていたこととは全く違った？！ 「うつ病」の新情報とは？
- ※土屋真人が実際に末期のうつ病から寛解するまでの事実から具体的にお伝えします。



ご自身のために、大切な家族のために、反面教師としてお役立てください。心からお待ち申し上げます。

受講形式：対面形式もしくは Zoom（オンライン）

対面受講会場： 「DOUフィットネス総合研究所」（愛知県犬山市栗栖 637-2） ※駐車場あり

受講日：【土曜日クラス】2025. 8月16日（土）13：00～14：30

【木曜日クラス】2025. 8月21日（木）10：00～11：30

【個別対応】（8月中）ご希望の日程を打つ合わせにて決めることができます。ご相談ください。

費用： **今回のご案内費用 8,000円（税込）** ※通常費用：12,000円（税込）のところ4,000円OFF
※今回の費用特典適用締め切り：（2025.7/24 まで）

【お申込み】

- 1、下記の申込書同内容記入のメール送付)してください。(2025.7/24 まで)
- 2、**受講費 8,000円(税込)**を下記口座にお振込ください。(2025.7/30 まで)
【振込先：三菱UFJ銀行・犬山支店(普)0135961 (株)DOU(ディー・オー・ユー)】

お申込みは、

下記内容をメールにて送信ください。もしくは FAX 番号（0568）62-8578

このまま送信（FAX 送信の場合もメールでお知らせください）。

うつ病の真実・これだけは知っておきたい講座 申込書

お名前	女 ・ 男
	生年月日： 年 月 日
住所 〒	TEL () -
■受講形式：	<input type="checkbox"/> 対面希望 <input type="checkbox"/> Zoomによるオンライン希望
■受講希望日：	
■受講費の振込予定日：	2025. 月 日
※チェックをお入れください →	<input type="checkbox"/> 指導者・施術者の方 <input type="checkbox"/> 指導者・施術者の方 <input type="checkbox"/> 一般の方

(株)DOU (フィットネス総合研究所) 〒484-0002 愛知県犬山市栗栖637-2

FAX (0568) 62-8578 TEL (0568) 62-8558 メール：info@fgi-jp.jp