

うつ病 や不安症

(不安障害・パニック障害)

等
を乗り越えた人達

非営利活動法人マインドフルメイトの歩み (エビデンス)



改訂版②

マインドフルネスのエビデンス

調査・研究・活動の報告

参加者の症例と体験談 26 掲載

非営利活動法人マインドフルメイト 佐藤福男

<https://mindfulmate.jp/>

090-880-5593

info@mindfulmate.jp
