

うつ・大人の発達障がいで悩む方へ

生きやすくなる

人生の教科書を作りました

著者

宮崎 未来

価格

各600円+送料

1冊目 70ページ

『もう一度働ける自分になりたい人へ』

新卒入社3年で鬱になって倒れた筆者が
えさかの自立訓練に通い
働けるようになるまでに学んだ事をまとめました

2冊目 74ページ

『対人関係を良くしたい人へ』

親とも友人とも恋人とも会社の同僚とも
楽しいような疲れるような…
誰とも感じるストレスはなぜ起こるのかまとめました



自立センターえさか支援員
宮崎 未来 (こてこてぼっか)

Twitter (@kktkpk) →
2019年5月から、高木さんから
学んだことを3,400ツイート



自立センターえさか管理者
高木 学

Twitter (@gakutsu) →
社員教育やリアルな知り合い向けに
3.9万ツイート



▶ 詳細・お申込みは、<https://esaka-esc.jp/>・裏面をご確認ください！

こちらも
どうぞ

高木さんのつぶやきを本にしました



高木さんのつぶやき100選
until 2018 …500円+送料

2018年以前のつぶやきを
「再」をテーマに
集めました 72ページ



高木さんのつぶやき100選
spring …700円+送料

2019年春のつぶやきを
「自己理解」をテーマに
集めました 102ページ

書籍ご注文FAX用紙

お申込みを頂いた後、送料を含めた合計金額と振込先をメールにてご連絡します。

(3営業日以内に、弊社からの連絡がない場合は、大変お手数ですが再度お問い合わせください)

氏名	
メールアドレス	
郵送先住所	〒
ご購入される書籍	『ぽっか〜もう一度働ける自分になりたい人へ〜』 600円 _____冊 『ぽっか〜対人関係を良くしたい人へ〜』 600円 _____冊 『高木のつぶやき100選 Tweets until 2018』 500円 _____冊 『高木のつぶやき100選 Tweets 2019 spring』 700円 _____冊
備考欄	

※下記の方は割引になります

- ・2冊以上ご購入の方
- ・講座・セミナーなどに申込された方（上記の備考欄に、その旨ご記入ください）

FAX送信先 06-6190-5412

お問い合わせ先：〒564-0051大阪府吹田市豊津町18-37 江坂ビジネスゾーン503 (有)総合システム研究所