

無料

働く人のストレスケア

～メンタルヘルス抵抗力をつけよう～

働く人のメンタルヘルス対策は、社会全体の問題として取り上げられています。本講座では、臨床心理士の立場から、ストレスの正しい理解やその対処法について、実践を交えわかり易くお話しします。ストレスの上手な付き合い方を学び、心の健康保持につながるよう内容を予定しておりますので、皆様のご参加をお待ちしております。

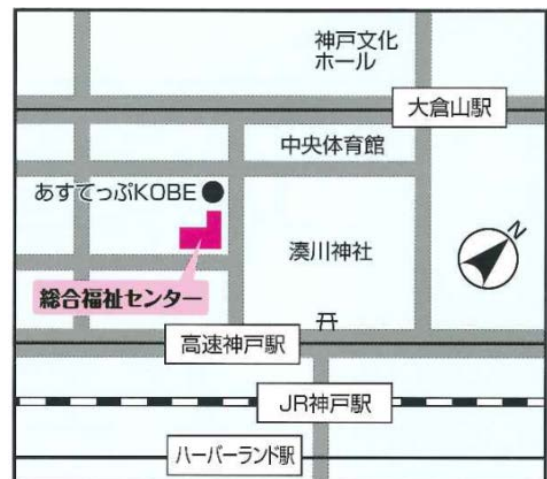
講師 Cocoloのカウンセリング神戸
室長 丹羽 真理 氏
(臨床心理士・シニア産業カウンセラー)



日時 平成29年11月14日(火)
19:00～20:45 (受付 18:30～)

場所 神戸市立総合福祉センター4F A・B会議室
(神戸市中央区橋通3丁目4番1号)

～交通機関～
高速神戸駅 徒歩2分
地下鉄大倉山駅 徒歩3分
ハーバーランド駅 12分
JR神戸駅 徒歩10分



定員：90名

対象：仕事の中でストレスを感じている人、
ストレス対処法を学びたい人

申込み方法

11月9日(木)までに電話またはFAXにてお申込みください。

※FAXの場合、お名前、年齢、居住区、電話番号をご記入ください。

※先着順に受付いたしますが、定員に達し参加をお断りする場合のみ、その旨連絡いたします。

※聴覚障がいの方で、手話通訳などが必要な場合には、11月7日(火)までにお申込みください。

<お申込み・お問い合わせ先>

神戸市精神保健福祉センター TEL (078) -371-1900
FAX (078) -371-1811

FAX 送信票

神戸市精神保健福祉センター 行

FAX : 078-371-1811

「働く人のストレスケア」研修 参加申込書

開催日 11月14日(火)【締切11月9日(木)まで】

(講師への質問は11月6日(月)までをお願いします)

氏名	年齢	居住区	電話番号

講師への質問事項がありましたら、下記にご記入下さい。
可能な限り、講演の中で対応します。

※ 先着順で、定員になり次第、お申し込みを締め切らせていただきます。

※ 定員オーバーになりましたら、担当よりご連絡させていただきます。