

<健康な心・身体づくりの講座>

職場のメンタルヘルス

開 講 日： 5月27日(日)

時 間： 13:00～16:00

募集人数：30代～50代の勤労者 30人

受 講 料：1,000円

応募締切：5月8日(火) <必着>

内 容： 労働者のメンタルヘルスに関する知識を提供し、自分自身の状況に気づいていただくとともに、セルフケア能力を高められるよう支援します。

講 師： 横山恵子(看護学科教授) 他