

メンタルヘルス講演会

『メンタルヘルスケア研修』



ハイブリッド開催

(会場 ・ zoom)

<講師>

カウンセリングあすいき代表

EAP カウンセラー・コンサルタント

オルタナティブライフ&ビジョン株式会社 代表取締役

笠置 佳央 氏

みなさんはストレスと上手に付き合えていますか？

本講演会では、人間の特徴や傾向を知るテスト（エゴグラム）を実施して、ご自分の特徴に合ったストレスとの付き合い方を勉強できます。

この機会に、ぜひご自身の特徴を知り、セルフケア力を高めましょう。

令和7年2月12日(水) 開催

時間:午後1時30分~3時30分

場所:野田地域職業訓練センター(さわやかワークのだ)

野田市中根323-3

会場参加の方(希望者)は、ご自身の特徴について講師からコメントがもらえます！

※時間の関係で、希望者全員に対応できない場合があります。ご了承ください。

【対象】野田市内の事業所職員、行政機関職員等

【申込方法】下記のURL または QR コードからお申し込みください。

※申込締切：令和7年2月7日（金）

https://apply.e-tumo.jp/pref-chiba-u/offer/offerList_detail?tempSeq=37206



【問い合わせ】野田健康づくり協議会事務局

千葉県野田保健所（野田健康福祉センター）地域保健福祉課

TEL：04-7124-8155 FAX：04-7124-2878