



NPO法人明日架 設立10周年イベント

こころの健康セミナー

わたしのためのセルフケア ～コロナ時代を乗り切るために～

新型コロナウイルス感染症の世界的流行により、私たちの暮らしは大きく変化しました。なかなか前向きな気持ちになれない、ストレスを感じた時に気分転換がしにくい状況が続いています。当セミナーでは気持ちを切り替えるための暮らしのヒントをお伝えします。

日時 **6月12日(日) 14:00～16:00**

開場13:30

場所 アプラたかいし 会議室 4F

講師 多良昌子(たらしょうこ)

精神保健福祉士・リュネットラボ 相談員



リュネットラボについてはこちら

定員 50名(先着順)

参加費 無料

申込・問合せ先 NPO法人明日架

☎ 072(268)8702



NPO法人明日架についてはこちら

NPO法人明日架は、こころの病を抱える方をサポートします。

新型コロナウイルス感染予防対策として、マスク着用をお願いします。

体温が37.5℃以上の方は入場をお断り致します。

※新型コロナウイルス感染の状況により中止する場合がございます。



後援 高石市・高石市社会福祉協議会
泉大津市