

2018 年度就職活動支援講座

# これから働く方の心身の健康管理講座

～ストレスとの上手な向き合い方～

日時：7月28日（土）9：30～11：30

会場：茅ヶ崎市勤労市民会館 3階 B研修室

定員：20名（申込制・先着順）

費用：無料

申込方法：茅ヶ崎市勤労市民会館へお電話

又は当館 HP 専用フォームより

申込期間：6月20日（水）～7月27日（金）

申込時間：10：00～22：00

メンタルヘルスの現状を知り、心の病に対する理解を深めながら、未然に防ぐためのちょっとしたコツを学びます

お問い合わせ

お申込みは

茅ヶ崎市勤労市民会館

☎0467-88-1331

