

今年もやります

無料

# こころの講座

日 時：3月12日（火） 10：30～12：00

会 場：名身連本部会館（熱田区障害者基幹相談支援センター2階）

内 容：「こころ健やかに生きるコツ」  
～ストレスケア～

講 師：坂田 正治氏（愛知県精神医療センター、精神科認定看護師）

※認定看護師とは、特定の看護分野において、熟練した看護技術と知識を有することを認められた者をいい、水準の高い看護実践を通して看護師に対する指導・相談活動を行う。

気軽にこころの病気について知り、考える機会として開催します。講師の方のお話を通して、ストレスに対する自分の傾向や不調なときの対応のコツを学びます♪

問い合わせ：熱田区障害者基幹相談支援センター

（熱田区横田二丁目4番16号） JR熱田駅すぐ

T E L：052-678-5505

F A X：052-682-7877

※かよういちサロンと同時開催です。

参加申込みは TEL 又は FAX にて（申し込みはなるべく5日前までをお願いします）

お名前： \_\_\_\_\_

ご連絡先： \_\_\_\_\_

配慮が必要な方はご記入下さい