

令和3年度輝なんせ鳥取講座

ウィズコロナのメンタルヘルス ～心の健康のあり方について考える～

コロナ禍にあり、不安になりストレスを感じている人が多いかと思います。ストレスとの上手な付き合い方、ストレスケアの方法を学んでみませんか？



10月30日(土)
10時～11時30分

講師:鳥取市保健所
心の健康支援室保健師

場 所:鳥取市男女共同参画センター
研修室(鳥取市今町2丁目151
鳥取大丸5階)
対象者:市内・近隣町に在住または
通勤通学している方
定 員:24人(定員になり次第締切)

【注意事項】

※お車でお越しの方は大丸駐車場(日ノ丸パーキング)をご利用ください。受講時間分のサービス券を発行します。

※大丸5階にお越しの際は、駅側展望エレベーターでお上がりください。

※新型コロナウイルス感染症の感染予防対策を行いながら講座を実施いたします。マスク着用・検温・アルコール消毒等のご協力をお願いいたします。

手話通訳をご希望の方は10月15日(金)までにお申し込みください。

<申込先>

鳥取市男女共同参画センター
「輝なんせ鳥取」

電話・FAX:0857-24-2704

mail:danjyo-center@city.tottori.lg.jp

メールでの申込は、返信をもって
受付完了といたします。

Facebook



電子申請

