

# 講習会開催します！

## 【メンタルヘルス講習会】

**日時：1月18日（木）10：00～12：00**

- 場 所：シルバー人材センター会議室
- 対 象：新座市シルバー人材センターの会員
- 内 容：①メンタルヘルスとは
- ②ストレスを正しく理解する
- ③メンタルヘルス対策
- 募 集：15名
- 講 師：アイング株式会社 浜田幸子氏
- 申 込 み：1月12日（金）までにお電話で申し込み下さい。 048-481-4305

主催 就業開拓委員会

