

あなたの心の健康を守る！ メンタルヘルス講座



■ 日程

回	日にち	内容
第1回	11月13日 (水曜日)	心の整理をしてみよう (担当：遠藤)
第2回	12月3日 (火曜日)	自分を見つめよう (担当：渡邊)
第3回	1月15日 (水曜日)	感性を大切にしよう (担当：藤原)

■ 時間：12:15～12:45

気になる回だけの参加も可能です！
昼食をとりながらどうぞ。

■ 場所：C201教室

メンタルヘルスの不調を予防してみませんか？

学生相談室のカウンセラーが直接お話しいたします。
皆様の参加をお待ちしております！

★学生相談室は月曜日から金曜日の9:30～17:15（受付時間）です。
お気軽にどうぞいらしてください。

