

ボランティア教室開催のお知らせ

自分らしく元気な「こころ」でいるために！

「こころの健康法」を楽しく学びませんか？

内容：①自分のこころの状態を知る ②「からだ」と「こころ」の関係
③日頃からできるこころの健康法等

■日 時 令和6年8月27日(火)

午後1時30分～午後4時

■会 場 しんとう温泉ふれあい館「会議室」 ☎54-1126

■講 師 特定非営利活動法人 成幸カウンセリング協会
副理事長 大和福江氏

■対象者 村内在住で「こころの健康に関心がある方」

■定 員 20名

■受講料 500円(資料・テキスト代)



■申込み・お問い合わせ■

榛東村社会福祉協議会 事務局 (しんとう温泉ふれあい館内)

※申込方法は、お電話または下記の内容を明記のうえ、メールでお申し込みください。

【①参加者氏名、年齢 ②住所・区 ③電話番号】

TEL: 0279-55-5294

E-mail: yume21@shinto-shakyo.jp

■ホームページからもご覧いただけます。

<http://www.shinto-shakyo.jp/>

■申込期間：7月19日(金)～8月20日(火) *QRコードからも申込みできます

