

峡東保健福祉事務所（峡東保健所）

出張メンタルヘルス講座

ストレスに負けないで「元気な心」を保つための

「こころの健康講座」です。

少人数の事業所や団体の集まりにも無料で出張します。

どんな内容の講座なの？

「ストレスと健康」「働く人のこころの健康」

「うつ病とは」「体とこころの健康」

「介護職員のメンタルストレスについて」 など・・・

- * 医師の講話、健康相談などを予定していますが、
日程、詳しい内容は申込者と相談して決定します。
- * 会場は申込者側で用意してください。

＜出張メンタルヘルス講座の申し込み＞

申込書を下記まで郵送またはFAXにてお送り
下さい。

峡東保健福祉事務所

（峡東保健所） 地域保健課

〒405-0003

山梨市下井尻126-1 東山梨合同庁舎

電話 0553-20-2752

FAX 0553-20-2795



*なお、保健所では「こころの相談」を随時お受けします。お気軽に電話下さい。