参加無料

心のサインに気づきましょう

～働く自分や仲間を支えるために～

忙しい毎日の中で、気づかぬうちに心が疲れていませんか？
自分や仲間の「心のサイン」に気づくことが、支えあいの第一歩です。
講演では、働く人ができるセルフケアや声かけのヒントを専門家がわかりやすくおはなしします。

講師　月形町立病院
精神科医　田辺　康　先生

東京生まれ、旭川医科大学卒業。
外科医として「国境なき医師団」に所属していた経歴を持つ。身体疾患を含めた精神疾患の対応を得意としており、患者さんの目線に立った優しい精神科医を目指している。

参加者へプレゼントもございます

参加費　• 無料

開催日時　• 令和７年12月5日（金）
18:00～19:00　（受付開始 17:30）

開催場所　• 保健センター

お申込みはこちらから

右記のQRコードからお申し込みいただけます

TEL:0126-53-3155
(月形町保健センター)