現在、お仕事をされている人のための

第2回ワークわく交流会

「ストレスのしくみについて」

今回は川崎医療福祉大学の池内由子先生を講師に招き、ストレスの仕組みや対処法を知り、ストレスと上手に付き合うことを目的に開催いたします。講話を聴いた後は、ご自身が行っているストレスの対処法などを皆さんと情報交換をしながら今後の生活に取り入れていただきたいと考えています。

日　　時：令和5年8月19日(土)10時00分～11時45分

受付時間：9時45分～

会　　場：くらしき健康福祉プラザ　2階201研修室

参加人数：15名程度

参 加 費：無　料

持 ち 物：飲み物・筆記用具など、必要な方はご持参ください。

※前日までに、お電話・E-mail などでお申し込みください。

☘お問い合わせ・お申し込み先☘

倉敷障がい者就業・生活支援センター
(担当　田中・下﨑・中原・近藤)
電話番号：086-434-9886
E-mail：syugyo@kgwc.or.jp