

# 第2回 こころの健康教室のお知らせ

メンタルヘルスについての正しい知識、具体的な対処法を学び、  
予防や治療に役立てていただくための場をご用意いたしました。  
どなたでも参加していただくことができます。

日時 平成 23 年 7 月 27 日 (水) 14:00~15:00  
( 当日受付は13:30~ )

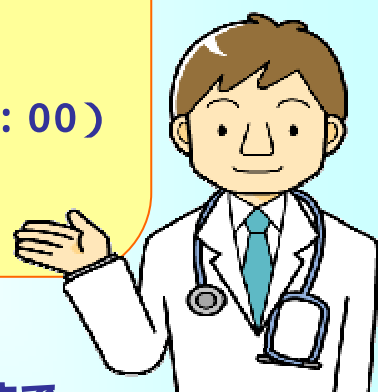
場所 松阪厚生病院 2F 健診センター「アヴァンティ」

参加費 無料

## プログラム

第一部 メンタルヘルス講習 (14:00~14:30)  
「心の不調のサインに気づく」  
講師 臨床心理士 林 隆久

第二部 ストレスケア体験講習 (14:30~15:00)  
「心と体のリラクゼーション」  
講師 理学療法士 中西 菜月



## 参加のお申込み、お問合せの方法

まずは TEL にて松阪厚生病院 心理療法センターまで  
お問合せの上、お申し込みください。

<申し込み締め切り>

会場準備の都合上、平成 23 年 7 月 25 日 (月) までとさせていただきます。

お申し込み・お問合せはこちら

松阪厚生病院 心理療法センター  
TEL: 0598-29-1311 (代表)