

働き盛りのメンタルヘルス

働き盛りの世代では、「仕事の昇進」「子どもの独立」「夫婦関係」「借金」などストレスになりやすいきっかけや、出来事が様々あり、そのストレスを強く感じる人や、こころを病む人も増える傾向にあります。

こころの病は、誰でもかかる可能性があります。もし、自分になったら、家族や職場の仲間になったらどうしたらいいのか？予防や対応まで具体的にお話していただきます。

日時： 平成25年11月13日(水)

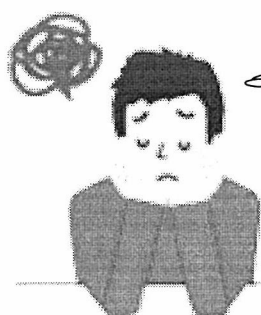
午後4時 ～ 5時30分 (午後3時30分から受付)

会場： 荒川地区公民館 1階和室

講師： 黒川病院 精神科認定看護師

花田 政之 氏

その他： 参加費は無料で申込は不要です。直接会場にお越しください。



最近、眠れない…。

集中できず、仕事の能率が悪くなった。

何だか、元気ないみたい
どうしたらいいの？



【問い合わせ先】

主催：荒川支所 地域福祉課 62-3104 (内)124

共催：荒川商工会 62-3049

(公社) 村上法人会荒川支部