

2月3日(土) 受付開始

北九州市メンタルヘルス出前講座

自分のSOSが分かる! ストレス マネジメント講座!

受講料：無料

お電話お待ちしております♡

ストレスをチェックして
ストレスをためこまない
方法を学びます!!

日時：3月17日(土)

14時~16時

場所：本館2階 第1研修室

対象：15歳以上

定員：50名

講師： HRD(人材開発資源)アドバイザー
安藤美智子先生

プロフィール

1997年から能力開発の仕事に携わり、若年者、女性を対象に企業・学校でカウンセラーとしてご活躍中です。

【活動内容】

- ・北九州サポートステーション非常勤講師・専門学校のス쿨カウンセラーを担当
- ・企業ではメンタルヘルス、ハラスメント、アンガーマネジメントの研修を行う
- ・経済産業省管轄の子育て支援事業の講師担当。また、女性キャリア支援活動「J's倶楽部」の代表
- ・シニア産業カウンセラー、交流分析士インストラクター、厚生労働省中央労働災害防止協会心理相談員
- ・日本NLP 総合研究所認定心理カウンセラー ・女性活動推進や職場環境整備に向けた企業内研修講師

※国の自殺予防対策の一環です。

※社会福祉法人北九州いのちの電話が北九州市から委託を受けて実施します。

お問い合わせ：北九州パレス TEL (093) -651-4600

HP : <http://www.kitakyushu-palace.com>

北九州パレス 