

参加費
無料

活動をより楽しく健康に!
今伝えたい
ストレス社会を生きる知恵

日時：平成30年 2月 17日 (土) 13:30~15:30

会場：総合福祉センター「あイトピア」(豊橋市前畑町115)

講師：竹内 成彦 氏 (心理カウンセラー・心の相談室 with 室長)

ボランティアや社会活動をされている方はもちろん、どなたでも気軽に受講いただけます。
日々をより良く過ごすヒントがもりだくさん!

- ✓ 講師は、経験・実績豊富な心理カウンセラー
- ✓ 臨床数 15,000 回、講演・研修会数 800 回超え
- ✓ ストレスの正体は？そのメカニズムは？
- ✓ 負けないためのヒント etc

【主な著書】

自分を知れば、もっと楽に生きられる/デザインエッグ社
子どもの「生まれつき性格」を大切にする子育て/すばる舎
「すっごく心細い」がピタリとやむ!/すばる舎
ストレス社会を生きる知恵 (電子ブック)/インフォトップ
ほのぼの子育て ~親子への応援歌~ / 自費出版



お申し込み・お問い合わせは…

豊橋市社会福祉協議会 ボランティアセンター/とよはしボランティアネットワーク

- ◆ 定員 200名 ※先着順
- ◆ 申込み 氏名、住所、連絡先をお知らせください〔締切/2/5 (月)〕
※手話通訳、要約筆記付
- ◆ TEL 0532-52-1111 FAX 52-1112 E-mail info@toyohashi-shakyo.or.jp