

ワタシ磨きの ヒントをつかむ



ココロのセルフケア

2024. 10.31 木

時間:19:00 ~ 21:00 (受付18:45 ~)

場所: 浦添市立中央公民館
(浦添市安波茶1-1-2)

講師 脇 龍平 氏

ココロおき楽代表 公認心理師・臨床心理士

内容: 自分でできるメンタルケアについて、
講師の先生にわかりやすく教えていただきます。

託児
付き

参加費
無料
先着

参加対象者

家庭教育・社会教育に関わる方、一般の方 50名

* 児童支援員、心の相談員、民生委員・児童委員、学校関係者、自治会長、家庭教育に興味がある方、各小中学校PTA家庭教育部員、保護者など幅広い方を対象としています。

お申し込み

お電話またはQRコードからお申し込みください。

お申し込み: 10月1日 (火) ~

TEL.098-879-5503 (9:00 ~ 17:00 土・日祝祭日を除く)

担当: 浦添市立中央公民館社会教育指導員(安武・石坂)

