

第3回図書館くらしのセミナー

「ストレス」とうまくつきあってみませんか？

人間関係、学校、勉強、仕事、成果、期日、「ストレスとを感じる出来事」は様々な場面があります。ストレスに負けないように自分を守り、心の健康を保つための臨床心理学の知識を紹介します。

日時

平成29年2月8日(水)

13:30~15:00

講師

いわき明星大学教養学部

大島 典子 准教授



定員

40名(先着順)

会場

いわき総合図書館 4階 学習室

※ラトブ駐車場は2時間まで無料(それ以降は30分ごとに100円)

お申込み方法

申込み 1月10日(火) 10:00より

申込書に記入し、各図書館カウンターへお持ちください。
電話によるお申込み・お問い合わせは総合図書館のみです。

いわき市立いわき総合図書館 ☎0246-22-5552

入場無料

※お申込みが
必要です



きりとり

「第3回 図書館くらしのセミナー」申込書

氏名

年代 代

性別 男・女

連絡先 ☎

※受付者記入欄 総・小・勿・常・内・四 月 日 時 分受付