

コロナ禍のメンタルケア講座



コロナ禍における外出自粛が
「かわりあう」という人の自然なつながりを遮断してしまいました
動けない、人と会えない、話せない孤独感
インターネットなどの新たな手段の波に乗れないことによる孤立
こんな気持ちを味わい、今もつらいと感じている方も多いと思います
ひとりで悩まないで！ みんなで支え合おう！

令和3年12月12日 | 10:00～12:00
コミセン第8会議室



梅田陽子先生をお招きして、コロナ自粛に伴いおきた
孤独・孤立についてみんなで考える研修会です。

- ・何となく不安な気持ちがずっとぬぐえない方
- ・ちょっとした事で涙が止まらなくなってしまった方
- ・夜、眠られなくなってしまった方

など、どなたでも参加できます。

一人で悩まないで、みんなで支え合いましょう！



お申込方法



×ールかFAXでお申込ください

×ール roomaki@mvb.biglobe.ne.jp

FAX 089-943-8860



このセミナーは愛媛県の助成を受け開催いたします