

支え合おう こころといのち

# こころの健康づくり講演会

市では、自殺予防対策の一環として、大切な命とこころの健康を守るため、私たちができることを考える講演会を開催します。  
こころの健康を保つためにできることを一緒に学びませんか？

日時

令和5年 **12月16日(土)**

**13:30~15:00** (受付13:15~)

場所

**新見市役所南庁舎 3階大会議室**

演題

**「心を健康に保つために  
～ストレスとの上手な付き合い方～」**

講師

新見公立大学 健康科学部 看護学科

教授 (医学博士) **井上 真一郎**氏

参加料：無料

定員：50人 (要予約・先着順)

申込方法：電話またはメールで  
お申し込みください。

申込期限：12月8日(金)



申し込みはこちら



問い合わせ/申し込み先  
新見市健康医療課 TEL (0867) 72-6129