

# こころの健康出前講座



こころの健康について、一緒に考えてみませんか？  
こころの健康やストレスについて正しい知識の普及を  
目指し「出前講座」を実施しています。

## ～講座メニュー～

- ① ストレスとこころの健康
- ② お酒と健康
- ③ こころの病について
- ④ うつ病を知ろう
- ⑤ 統合失調症を知ろう



費用 無料

会場 柏市内  
(オンラインは要相談)  
※会場は申込者様で  
事前にご用意ください。



対象 市内在住・在勤の5名以上のグループ

## 対応日時

月曜～金曜 9時～17時 (年末年始・祝日を除く)

所要時間：60分～90分

※実施予定日の1か月前までに  
下記へお申込みください

申込・お問い合わせ先

柏市 保健予防課 精神保健福祉担当

柏市柏下65-1(ウェルネス柏内)

TEL:04-7167-1254 FAX:04-7167-1732

