

受講者募集

サンレディー大田 令和元年度主催講座（協力）女性就業支援全国展開事業

働く女性のストレス対処

参加費
無料

働くことにまつわる
ストレス

女性ホルモン変化と
心身の変化

自分らしい
ストレス対処方法

日時： 令和元年9月21日（土） 午後2時～午後3時30分

場所： サンレディー大田（大田市働く女性の家）

対象者： 一般女性

定員： 先着20名

講師： 伊藤 厚子 氏（臨床心理士）

メンタルサポートアレーズ代表

筑波大学卒業。民間相談施設や企業で子供から老人まで幅広くカウンセリングに携わり、2003年4月に東京都中央区銀座に成人対象の対面相談施設「メンタルサポートアレーズ」を開設。ストレスマネジメント、メンタルヘルスを中心に職場の問題をとりあげた講演や研修が中心で、働く女性のバックアップがテーマである。

1997年より現在まで
東京理科大学学生相談室専門相談員をつとめる。

お問い合わせ・お申込み先

サンレディー大田

大田市大田町大田口1329-9

TEL 0854-82-6700 FAX0854-82-7565

