

# 心の健康づくり

—ストレスとの上手なつきあい方—

講師：<sup>おおにし</sup>大西 <sup>きんご</sup>金吾 氏

一般社団法人新潟県労働衛生医学協会 専務理事  
専修大学文学部人文学科卒業。昭和51年に(一社)新潟県労働衛生医学協会に入社。県内外の「健康づくり教室」の講師として年間100回以上講演を行う。平成元年からは各団体を対象にメンタルヘルスセミナーを開催し、ユーモアあふれる講演が好評を博している。平成28年には労働衛生功績賞「緑十字賞」を受賞。令和元年に新潟医療福祉大学客員教授に就任した。



□日 時：令和2年 **11**月**7**日(土)

**13:30~15:15** (受付 13:00~)

□会 場：あいぽーと佐渡 多目的ホール

□定 員：50名(電話での事前申込制・先着順)

□申込締切：10月30日(金)

□申込先：佐渡中央地域包括支援センター

☎63-3120

※マスクの着用や参加者名簿の記入等の新型コロナウイルス感染症対策にご協力をお願いします。なお、感染症の状況によっては中止する場合がありますのでご了承ください。