

恵比寿保健相談所
令和7年度 精神保健講演会

こころが軽くなる ストレス対処法 ～毎日をもっと心地よく～

2025年 11月 16日 日

受講無料

先着 50名

時間 13:00-15:00 (開場12:40～)

会場 恵比寿社会教育館3階 学習室大
(渋谷区恵比寿2 - 27 - 18)

講師 香山 リカ 氏 (精神科医・北洋大学客員教授)

対象 渋谷区在住・在勤・在学の方

お申し込み・お問い合わせ



お申し込み

左のQRコードよりお申し込みください。
〈お申し込み期間〉10月17日～11月7日

※お申込受付は先着順とし、定員になり次第、締め切ります。

お問い合わせ

恵比寿保健相談所
☎03 - 3443 - 6251