

こころの健康 グループミーティング



「しのぶ保健師の相談室」では、毎月テーマを決めてミニ講座&参加者の自由な話し合いによるグループミーティングを開催しております。

こころとからだの両方から健康を考え、より元気に過ごせるよう、楽しいひと時を一緒に過ごしてみませんか！

場 所 複合施設 つがハウス

(帯広市西9条南9丁目14)

十勝バス西9条南9丁目目前

主催・申し込み先 しのぶ保健師の相談室
齊藤しのぶ

TEL (0155) 33-9943

留守の場合はTEL番号をお伝え頂くと、折り返しご連絡さしあげます。

email saitoshinobu0828@gmail.com



定 員 6名 先着順

QRコードから
簡単メール送信



参加費 ￥500

飲食はカフェ内で各自オーダーをお願いします(別途)

◆ 個別相談(有料)受付中

◆ご希望により、他のテーマ・日時でのグループミーティングも開催します。

◆詳細については直接TELかメールにてお問合せ下さい。

グループミーティングとは

参加者の思い、考えをお互いに語り合うことで、新たな情報を得たり、自分自身を振り返り前向きな気持ちになることを目的とします。一人で悩んでいても解決できないこと、悩みや思いを話し合ってみましょう。