

無料

荒川区

ストレスマネジメント



ストレスを 一緒に 考えよう

職場内でのストレスマネジメントについて学びます。自分のストレス要因を把握し、ワークを交えて解消法を考えていきます。

日程

2025年 6月26日(木)

時間

14:00～16:00

会場

ムーブ町屋4F会議室

(荒川区荒川7-50-9 センターまちや内)

講師

特定非営利活動法人李塾 代表
公認心理師
李 舜哲

町屋駅から
徒歩約1分

企業・法人向けメンタルヘルス
研修や、スクールカウンセリング
を行っています。



ご予約・お問い合わせ：わかもの就労サポートデスク

申込フォーム



荒川区ホームページ



TEL

03-3800-6188

受付

月～金曜日 10:00～18:00
(土・日・祝日除く)

