

いつも心が元気であるように！

外国人のための

ストレスケア講習会

～ストレスや心の病気について学びましょう～

※ベトナム語通訳付き

無料



日本語がよくわからない**ストレス**

学校、税金、健康保険、年金などの
日本の制度がよくわからない**ストレス**

地域のコミュニティにうまく
はいれない**ストレス**

自分や家族の将来のことがよく
えがけない**ストレス**

子どもとコミュニケーションが
うまくできない**ストレス**



ストレス

ストレスや心の病気を防ぐには、そしてもし誰かがなった時にどうすればいいか…
日頃の生活の中でできることを学びましょう！

日時: 2019年2月24日(日) 10:00～12:00

会場: 伊勢崎市絃の郷 円形交流館第1研修室
(伊勢崎市昭和町1712-2)

講師: 佐藤友哉 氏(臨床心理士・精神保健福祉士)
※ベトナム語通訳付き

対象: ベトナム語のわかる外国人 定員:30人

申し込み:

Tel 070-5021-9103(日本語: 本堂晴生)

または 080-3125-3166(ベトナム語: 高坂 帆)

お知らせ

中国語による講習会

・日時:2月24日(日)

15:00～17:00

・会場:高崎市中央公民館

・講師:佐藤友哉 氏

主催:群馬県 (事業受託者:NPO法人 Gコミュニティ)