

# メンタルヘルスセミナー

様々な資源を活用しよう  
～ 受援力の向上 ～

周りの人に「助けて」と言える力

外部講師をお招きして  
講話いただきます

## ◆講師◆

帯広市保健福祉部 健康推進課 保健師 様

申込方法：電話でお申込みください。

対象：15才～39才で就労していない方（※学生、職業訓練中の方は除く）



※ご受講にはサポステへの登録が必要となります。

開催日時  
2019年

5月15日(水)  
10:00～11:30

参加無料

定員20名

要予約

開催場所

おびひろ地域若者サポートステーション

サポステホームページ  
各種セミナーのご案内等



帯広市西6条南6丁目3 ソネビル2階  
TEL: 0155-67-5202 (月～金曜 9:30～17:30)