



るもい健康の駅

# マンスリー健康講話

## 『“こころの健康”の今を知ろう』

「こころの健康をどう保つか」、それは今を生きる私たちにとって、切っても切り離せない、大切なテーマです。自分のこと、そして身近にいる“心配な人”のこころの健康を保つために、私たちには何ができるでしょうか。

今話題になっている、

“依存症のこと”

そして

“子ども・若者のこころのこと”



を切り口に、皆さんと一緒に考えていきましょう。



● 日時 令和6年 **5** 月 **23** 日 (木) **13:00~14:00**

● 講師 **北海道留萌保健所 保健師 古田 翔平 氏**

● 場所 **るもい健康の駅 ホール**

● 定員 **20名**  **要事前申し込み**  **参加無料**

お問合せ・お申込み  **TEL 43-8121**

[るもい健康の駅](#)

