

こころの 元気力アップ セミナー

参加者
募集

メンタルヘルスの正しい知識を学びながら、
心の健康度を向上するためのセルフケアを
習得していただくセミナーです。
体験パートもあり、心と体を癒す
マインドフルネス呼吸法などを実践します。

開催日時

令和7年 **7月26日** **土** **10:00~11:30**
座学60分+実技30分

※当日視聴できなかった方も、LIVE配信後1か月間はセミナーを視聴できます。

開催方法

オンラインで LIVE 配信 (ZOOM 使用)

受講方法

個人のインターネット環境で受講

マルチデバイス (パソコン、スマートフォン、タブレット) 対応
オンライン環境があれば当日どこからでも受講できます。

申込方法

- ① 右記の二次元コードまたはインターネットで
「公立学校共済組合福岡支部 お知らせ」で検索。
「こころの元気力アップセミナーの申込みについて」から申込フォームにアクセス。
- ② 申込みフォームに必要事項を入力し送信

申込みはこちらから▶



申込締切

令和7年 6月20日 (金) 23:59

公立学校共済組合福岡支部 お知らせ

検索

- 【注意事項】
1. 開催日に組合員の資格を喪失している場合は、利用できません。
 2. 受講に必要な通信端末、通信機器等及びインターネット接続可能な環境は受講者が準備してください。
 3. 受講に当たって発生する通信料は受講者の負担となります。
 4. 受講の際は、このセミナーがオンラインで非対面で行われることを認識し、自己責任のもとで自己の安全管理及び体調管理を行うものとします。
 5. 申込みの際に入力していただく個人情報は委託先には提供しません。
 6. 受講方法は、決定通知の際にお知らせします。