

こころの 元気力アップ セミナー

受講者
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オンデマンドセミナーです。
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できます。

開催日時

令和8年8月1日(土) ~ 令和9年1月11日(月)

受講方法

オンデマンド(動画配信) 座学30分+実技30分

- メールに送付するURLからアクセスし、インターネット環境で受講します。
- 期間中はいつでも何度も受講いただけます。



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8年6月19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. 受講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. 受講方法の詳細は、決定通知の際にお知らせします。