



介護者のためのメンタルケア ～ メンタルは予防の時代 ～

毎日の生活を支える介護、その内容は多岐にわたります。

だからこそ、小さなストレスも放っておくと大きなストレスに繋がります。健やかな日々を送るためには、介護者のメンタルケアがとても大切。一緒に考えてみませんか？

講師

ミーにん訪問看護ステーション（精神科特化型）
ミーにん心斎橋カウンセリングルーム

看護師 長浜 真穂 氏



3月12日(木) オープンセミナースペース
10:30-11:00