

令和3年度 第1回 就労者経験交流会 (知的障害の方)

日時	令和3年7月17日(土) 10:00 ~ 11:30		
会場	オンライン開催(Zoom 利用)		
参加対象	就労中のセンター登録者	参加人数	15名
参加費	無料		
主催	障害者就業・生活支援センター ビック・ハート松戸		
内容	講座「心の健康づくり」		
当日の様子	<p>今回もオンライン形式での講座を行いました。内容は「心の健康づくり」についてで、講師は小金保健福祉センターの主任保健師 五十嵐理恵様にお話しいただきました。</p> <p>参加者の皆さんはストレスやその付き合い方について学ばれ、ストレスへの対処法を仕事にも活かしていきたい、とのご感想をいただきました。</p> <p>グループディスカッションではグループごとに分かれ、それぞれのストレス解消法を紹介しあったり、お互いの趣味の話などで盛り上がりました！</p> <p>コロナ禍ではありますが、今後も安全で楽しい交流会にできるように企画していきたいと思っておりますので、宜しく申し上げます。</p>		