

職場での悩み解決へ メンタルヘルス講座

石巻来月から5回開催

「はたらくをサポートする講座『心を整える』メンタル術編」(NPO法人Switch主催)が、6月9日から計5回にわたり、石巻市銭場の石巻NOTEで開かれる。

メンタルヘルスの管理方

り次第締め切る。受講無料。

連絡先と申込先は、NPO法人Switch 022(762)58851。ファクス022(762)58833。



法を学ぶ。日程は6月9日、23日、7月7日、21日、8月4日。時間はいずれも午後6時半～8時半。
40歳までの在職者で、働く悩みがある人や従業員のメンタルヘルスマネジメントに携わる人が対象。申込用紙に必要事項を記入し、ファクスで申し込む。定員にな

天気

きょうは北西の風、日中は南東の風、晴れ。最低気温13度、最高気温30度。波高1㍍。あすは南東の風、晴れ。波高1㍍。

あすの潮汐

22日(月) = 中潮
 満潮(高) 干潮(低)
 0:36 (11) 7:01 (-55)
 13:00 (-2) 18:48 (-53)
 日 出 4:18 日 入 18:44

あさっての潮汐

23日(火) = 中潮
 満潮(高) 干潮(低)
 1:11 (16) 7:46 (-74)
 14:08 (9) 19:42 (-48)
 日 出 4:17 日 入 18:45