

ストレスマネジメント セミナー

～日々のモヤモヤを紐解く、
ストレスと付き合うコツ～

日常生活や対人関係で生まれがちなモヤモヤの理由を紐解き、
ストレスと上手に向き合う自分なりのヒントを見つけてみませんか？

なんとなく
疲れる…

人間関係に
モヤモヤする…

そんな毎日を
少しラクにする
ヒントを
学びませんか？

参加費
無料

講師



廣田 里奈 先生

LittlePlus

(公認心理師、臨床心理士)



開催日時

令和8年 **11月14日(土)**
10:00～12:00 (受付 9:45～)



会場

産業振興ビル 3階 展示会議室
〒706-0002 玉野市築港1丁目1番3号



募集人数

先着 **30名** (定員になり次第締切り)



申込締切日

令和8年 **11月10日(火)** 正午まで



お申込みはこちら

スマートフォンから
申込フォームへ
アクセスしてください。



お問い合わせ

一般財団法人 玉野産業振興公社
玉野勤労者福祉サービスセンター
〒706-0002 玉野市築港1丁目1番3号



0863-33-5000
(平日 8:30～17:15)

緊急連絡先
070-3774-5443
(前日 17:15～当日)