

## メンタルヘルスセミナー日程表(予定)

| 時 間              | 一 般 職<br>7月6日(水)                         | 管 理 職<br>7月7日(木)      |
|------------------|--|-----------------------|
| 12:30 ~<br>13:00 | 受 付                                      |                       |
| 13:00 ~<br>13:10 | あ い さ つ (茨城県市町村職員共済組合)                   |                       |
| 13:10 ~<br>14:40 | 株式会社カイトック 講師 皆川 芳弘 氏                     |                       |
|                  | 講演<br>「毎日ワクワク！<br>元気力アップセミナー」            | 講演<br>「元気な組織づくりを目指して」 |
|                  | 休 憩                                      |                       |
| 14:55 ~<br>16:20 | 株式会社カイトック 講師 樋口 恵子 氏                     |                       |
|                  | 体験<br>「マスクフレッシュナーづくり<br>・ストレッチ&リラクゼーション」 |                       |
| 16:20            | アンケート記入・解散                               |                       |