

メンタルヘルスセミナー日程表(予定)

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