

# ストレス時代を生きるには

～いよいよ始まるストレスチェック制度と一次予防～

平成28年2月3日(水) 午後1時30分～

(午後1時 受付開始)

講師：<sup>たけうち</sup> <sup>かずお</sup> 竹内 一夫 先生

(群馬大学教授・健康支援総合センター副センター長)

会場：渋川市民会館小ホール 対象：渋川市在住または在勤の方

定員：300名(先着順) 入場料：無料

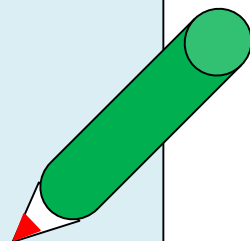
申込先：渋川市保健センター(0279-25-1321)

当てはまる項目にチェックをしてみましょう。

- 現代はストレスの多い時代だと思う。
- 周りのみんなの顔色が悪い気がする。
- 職場のストレスチェックが義務化されたことを知らない。
- チェックするまでもなく、ストレスがたまって仕方がない。
- ストレスチェック？ 何それ？ 食えるの？



1つでも印がついたあなたには、  
この講演会がおすすめです。



# 会場案内図

