



# こころの健康研修会

主催：山口県・山口県精神保健福祉協会  
企画：山口大学医学部精神科神経科

## 「コロナ禍におけるメンタルヘルス： 知っておきたいストレス対処」

山口大学大学院医学系研究科保健学専攻 教授  
臨床心理士・公認心理師 安達圭一郎氏

## 「ストレス社会を乗り切るためのセルフケア」

山口大学医学部附属病院精神科神経科 助教  
臨床心理士・公認心理師 藤井優子氏

\* 本研修会はWeb (Zoom) での開催です。インターネットができる環境とパソコン・タブレット等をご用意ください。

とき

2021年2月20日 (土) 10:00~12:15

対象

医療従事者、行政関係職員、福祉事業所職員その他  
支援機関職員等の方 (100名程度：先着順)

お申し込み方法

締切：2021年1月31日 (日)

件名に「こころの健康研修会視聴希望」、本文に所属・職種・氏名・メールアドレスを明記の上、下記メールアドレスにメールにてお申し込みください。返信メールにて受講方法をご案内いたします。

seisin@yamaguchi-u.ac.jp

\* 2月5日 (金) までに上記メールアドレスから返信メールが届かない場合は、お手数ですが下記までお問い合わせください。

お問い合わせ先：山口大学医学部附属病院精神科神経科

TEL 0836-22-2255 (平日：9時~17時)

