

参加費
無料

自分を助けるための

やさしい



メンタルトレーニング

～自分に寄り添う、こころの整え方～

申込締切

7月17日（金）

開催日

7月22日（水）

時間

10:00 - 11:30

場所

ヒロロ3階 多世代交流室1

講師

中田 由美氏 (キャリアコンサルタント、
ビジョントレーナー)

対象

ひろさき生活・仕事応援センター
相談者、弘前市民

お申込み・お問合せ

ひろさき生活・仕事応援センター

〒036-8003 弘前市駅前町9-20 ヒロロ3階

TEL 0172-38-1260