

令和7年度

和歌山市精神保健福祉市民講座



疲労・ストレスをみることの意義

～目にみえない疲れやストレスを^み視る・^み診る・^み看る～

【講師】 **福田 早苗 先生**

関西福祉科学大学健康科学科 教授・学科長

福田早苗先生は、環境と生活習慣の健康に与える影響について、乳幼児から大人まで、幅広い方々を対象に「病気を予防する」という学問の研究をされています。

疲労やストレスに影響されている心身の健康状態を知り、上手に付き合っていく方法を一緒に学びませんか？

【日時】 令和7年10月4日（土）

13:30～15:30（開場・受付13:00）

【場所】 和歌山市保健所 3階 大ホール

（和歌山市吹上5丁目2番15号）

※場所の詳細は和歌山市ホームページにてご確認ください

【対象】 和歌山市に在住、または通勤・通学されている方

【定員】 70名（ご参加いただけない場合のみご連絡します）

【参加費用】 無料

【申し込み・問い合わせ先】 9月26日（金）締切

和歌山市保健所 保健対策課 こころの健康対策グループ

電話 ▶ 073-488-5117（平日8:30～17:15）

申込フォーム ▶ <https://logoform.jp/form/fKMM/1091071>



※自然災害等で中止する場合は和歌山市ホームページでお知らせします

※当日報道機関取材が入る可能性があることをご了承ください