

ワークサポート杉並 第二回家族向けセミナー

ご家族の心と体が楽になる

認定ストレスケアトレーナーによるストレスチェックと緩和の方法

【日時】 令和元年11月27日（水）10:00～12:00

【場所】 ワークサポート杉並 会議室
(杉並区高井戸東4-10-26)

※入口は五日市街道側になります。

【地図】

【講師】 (社)日本ストレスケアカウンセラー協会
認定ストレスケアトレーナー

森 昭子 氏
西村律子 氏

【内容】 講演 「ストレスの正体とストレス反応について」
実技 「ストレス緩和のための手技の紹介」

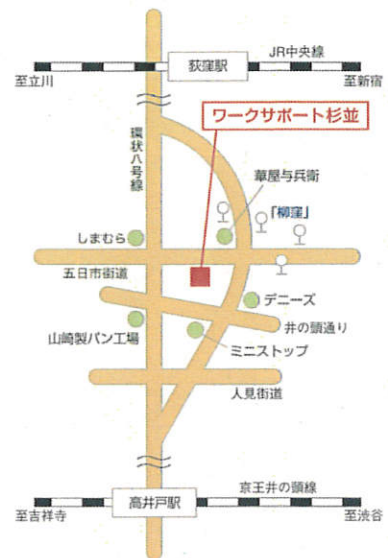
【対象】 企業就労を考えている障害のある方のご家族、
障害者施設などの関係機関の職員

【定員】 35名
(会場に限りがありますので、
先着順とさせていただきます。)

【費用】 無料

【お問い合わせ先】
＜ワークサポート杉並＞
公益財団法人 杉並区障害者雇用支援事業団
TEL 03-5346-3250
FAX 03-5346-3253
担当/茂木・氷見・堀口・櫻岡

【お申し込み方法】
下記の申し込み書に必要事項をご記入のうえ、
11月20日（水）までにFAX又は電話にて
お申し込みください。



京王井の頭線

- 「高井戸駅」から徒歩15分
- 荻窪駅行きバス「柳屋」下車徒歩2分

JR 中央線

- 荻窪駅南口からバスで「柳屋」下車徒歩2分
- 3番のりば：五日市街道営業所行き（荻53）
日本年金機構入口行き（荻56）
- 4番のりば：芦花公園駅入口行き（荻54）
北野行き（荻58）
- 吉祥寺駅北口からバスで「柳屋」下車徒歩2分
- 6番のりば：中野駅行き（中36）
- 中野駅南口からバスで「柳屋」下車徒歩2分
- 0番のりば：吉祥寺駅行き（中36）

～参加申し込み書～（11/27（水）ワークサポート杉並家族向けセミナー）

お名前	
電話番号	
参加される方（○をおつけください。）	ご家族 ・ 福祉施設職員
作業所等の福祉施設職員の所属先	