

# 今、悩んでいる 働く女性に

～対人関係におけるストレス対処法～

働く女性のなかには、  
職場の人間関係でストレスを  
感じている人が少なくありません。  
今、悩んでいる女性が、上手な対人関係の  
作り方やコミュニケーションの取り方、  
ストレスマネジメントを身につけて、  
明日から心もからだも元気に  
仕事を続けられることを願って！

参加  
無料

託児あり

※6ヶ月から就学前  
まで、事前申込

日時

令和2年 1月31日 (金) 19:00～20:30  
受付開始18:30

※車椅子でのご来場又は手話通訳などのご希望がある場合は、事前にご連絡ください。

会場

東京ウィメンズプラザ ホール  
(定員)200名 ※定員を超えた場合は抽選

対象

都内在住・在勤・在学の方  
どなたでもご参加いただけます

主催 東京都

東京ウィメンズプラザ

東京ウィメンズプラザ

東京で輝く、  
自分らしく。



講師 蛭名 玲子

博士(保健学)・ヘルスコミュニケーションスペシャリスト  
株式会社グローバルヘルスコミュニケーションズ

