

新学期の疲れを乗り切る ヒント

新学期が始まってから、ひと月ほど。
新しい生活は、緊張する場面も多いし、
いろいろとエネルギーも使います。



緊張しっぱなし、エネルギー使
いっぱなしでは、段々と気力が
なくなったり、ゆううつさが増して
きたりするかも。

そんな時に活用できる
動物たちの知恵が、皆さん
の中にも埋もれていますよ～。



その、動物の知恵とはいったい？

保健センター 相談室



事務棟1F 教育支援課窓口の右側
TEL 0467-54-3818(直通)
月～金 9:30-16:30
(昼休み11:30-12:30)
相談は予約制(TELまたは来室にて申込)

相談内容は守秘義務により守られます