

# 笑顔で働く！ ～おやすみ☆講座～

8月22日(木) 13:30-15:00

身体の健康にも心の健康にも  
とっても大切な『眠ること』について

実は知っているようで知らないこと、間違っ  
て覚えていることなど...みんなでお話を聞  
き、意見を言い合ったりしませんか？

お話しするのが苦手な人は【今日は見学】  
プレートを付けて聴くだけでもOKです！



前回『さよならストレス』のお話をしてくださったルクスキャリアセンター所長の高木陽子さんが第二弾のお話をしてくださいます！

《お申し込み・お問い合わせ》



春日井若者サポートステーション (受託団体：特定非営利活動法人ワーカーズコープ)

〒486-0825 春日井市中央通1丁目88番地 駅前第3共同ビル4階 (JR中央線春日井駅北口すぐ)

TEL：0568-37-1583 FAX：0568-37-1585 開設時間：火曜～土曜 10時～17時

URL：<http://harusapo.roukyou.gr.jp> E-mail：[harusapo@roukyou.gr.jp](mailto:harusapo@roukyou.gr.jp)

春サポ facebook



最新情報は、はるサポホームページから。  
フェイスブックやアメブロも見てね！

