

令和7年度第2回

在職者向け職場定着のための交流会

参加人数
先着

10名

会場参加のみ

～働く人の こころの健康～



今回の講座は函館市の障がい保健福祉課で
様々な相談を多数受けてこられた
石澤由佳氏、三浦友季乃氏をお招きしての
「こころの健康」についてです。
安心して働き続けるためのメンタルヘルスの知識や、
セルフケアの方法、相談の仕方などを
皆さんで学んでいきましょう！

【日時】 8月30日(土) 14:00～15:30

【会場】 すてっぷ会議室(函館市石川町90-7)

【参加資格】 すてっぷに登録している方
障がいをお持ちの方で在職中、または就職活動中の方

【講師】 函館市福祉事務所障がい保健福祉課
函館市保健福祉部障がい保健福祉課

* 主 査 石澤 由佳 氏

* 主任技師 三浦 友季乃 氏

ご希望の方は必ず**事前申し込み**をお願いします！

道南しょうがい者就業・生活支援センター**すてっぷ**

お申込み
お問い合わせ

TEL 0138-34-7177 (月～土:9:30～17:30)

MAIL step@yuai.jp

ワタナベ
(担当: 渡邊)

※裏面にお問い合わせとお知らせがあります！

お申し込みの前に必ずお読みください

ご協力 ください!

◎顔や個人が特定されない範囲で、
講座の様子をSNS
(例えば、X(旧Twitter)など)に掲載
させていただく場合があります。
掲載を望まない方は、お申し込みの際に
お伝えください。

◎会場には、13:45から入室できます。
時間に合わせてお越しください。

◎やむを得ない事情により中止する
場合があります。

以上のことについて、
ご了承のほどよろしくお願いいたします。

すてっぷ

のXはこちら→

