

令和3年度すぎと町民大学 第7回「心の健康を考える」

令和3年8月28日（土）に、杉戸町役場第一庁舎会議室において「心の健康を考える」をテーマとした講座を開きました。

日本工業大学の瀧ヶ崎 隆司 教授を講師として招き、「心の健康を考えるーストレスを中心にー」について、ストレス反応、ストレス性疾患、ストレス対処法等様々な角度から講演いただきました。

【講座の様子】

講師の 瀧ヶ崎 隆司 先生



講義の様子

