

ウェルビーイングへの 小さなスタート ～小さな習慣から～



近年、注目を集めているウェルビーイングですが、SDGsとも密接な繋がりがあります。

ものの豊かさから心の豊かさへ、一人ひとりの多様な幸せ(well-being)が実現できる社会を目指して、身近に出来ることから幸福感を高めていきましょう。

2023年 **5月23日(火)** 13:30～15:00

会場

大和市文化創造拠点シリウス
4階図書館 健康テラス

定員

先着20名 どなたでも

申込

4/5(水)9時より受付開始

4階図書館健康コーナー
カウンターまたはお電話にて
お申込みください

TEL 046-263-0211

講師 **小林広子氏**
(日本産業カウンセラー協会)

キャリアコンサルタント
短大卒業後、百貨店へ入社、結婚後IT
業界、コンサルティング会社を経て、現
在は介護事業を手掛ける企業に勤務。
役員のサポート、内部統制、リスクマネ
ジメントに関する業務等に従事。

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、当日は感染対策にご協力をお願いいたします。
また、やむを得ず中止となる場合がありますので、ご了承ください。