



7月は『こころの日』月間

7月1日は 「こころの日」

「こころの日」は精神疾患や精神障がい者について正しい理解を図り、こころの健康の大切さを考えるきっかけとなる日です

今日、こころのお手入れしてみませんか？



▶ 看護便ポケット「こころのお手入れ」セルフケア7か条



「にっせいかん こころの看護便ネット」では、こころの健康について役立つ情報をお届けしています。

「こころの状態」
をチェック

困ったとき、すぐに
相談できる場所



大切な人のための
「こころの問診票」

こころの健康出前講座
について