

「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

7月1日は

こころの日

こころの健康の大切さを

考えるきっかけとなる日です

こころのこと、
もっと。

7月は「こころの日」月間



今日、こころのお手入れしてみませんか？

「こころのお手入れ」セルフケア7か条
手軽に試せるセルフケアの方法を2分間の動画で紹介。

にっせいかん こころの看護便ネット
こころのピンチに役立つ情報が盛りだくさん！



Ver. A



Ver. B



WEBサイト