



もっとう、
こころのケア、

7月1日は こころの日



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。



Ver. A



Ver. B

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！



WEBサイト