

今のあなた、どんなかんじ？

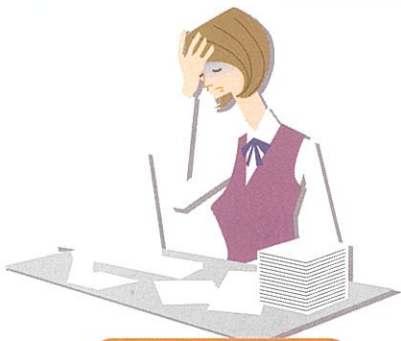
こんなことがきっかけに…



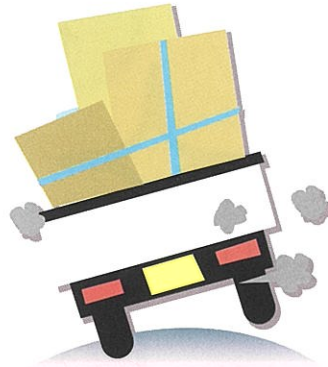
職場での人間関係



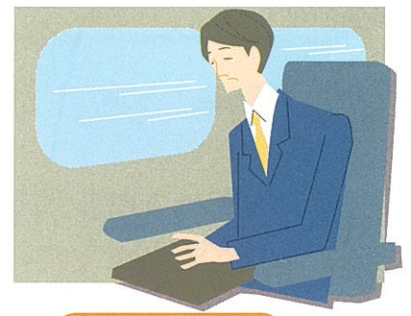
昇進停止、失業、退職



仕事上の責任や過労



引越しや自宅新築



転勤、昇進



負債・生活苦



夫婦間や親子間など、家庭での対人関係



自分の病気や健康への不安

私たちの周りにはさまざまなストレスがあり、他人から見れば幸せそうに見える出来事でも、本人にとってはこころの健康をそこなうきっかけになることもあります。

香川県東讃保健福祉事務所 健康づくり推進協議会
メンタルヘルス対策ワーキング