

セミナーに参加される皆様へ



## 10月「メンタルヘルスセミナー」について（連絡）

10月27日（日）の東部セミナーへのお申し込みを、受付いたしました。  
下記のとおり連絡をしますので、よろしくお願いいたします。

### 記

#### 1 セミナーへの参加・キャンセルについて

- ・12:15～入室できます。会場は、さざんか会館のアクティブ会議室（1階）です。参加費は、200円です。
- ・キャンセルをされる場合は、必ず、事前に、連絡をしてください。（セミナー担当へ）

#### 2 コロナ等の感染対策について

- ・発熱、せきなどの症状がある場合は、セミナーへの参加は、お受けできません。予めご了解ください。
- ・窓を少し開け、換気をしながらセミナーを行いますので、当日の天候等に応じて、上着、ひざ掛け等をご準備ください。

#### 3 駐車場について

- ・車は、「さざんか会館」の駐車場、または「さざんか会館」となりの鳥取市立図書館の立体駐車場にとめてください。（無料）
- ・駐車券は、「さざんか会館」南側入口にある「割引確認証機」を通してください。

#### 4 瞑想のCDについて

- ・マインドフルネス瞑想で使用した「音に注意を向ける瞑想」のCDをご希望の方がおられましたので、準備します。（1枚100円）  
CDの領収証の発行は行いませんので、ご了解ください。

#### 5 セミナー中止・延期等の場合の対応について

- ・感染症の状況や悪天候等によっては、セミナーを中止する場合があります。  
中止の場合には、事前に、ご本人へ、メール連絡、または電話連絡をいたします。

「メンタルヘルスセミナー」  
HPのQRコードです

鳥取メンタルヘルスの会 セミナー担当（西村）	電話 090-8996-9883 (9:00～18:00)
	メール <a href="mailto:nyan3251@ipp-t.net">nyan3251@ipp-t.net</a>

