

意志の力はいらない

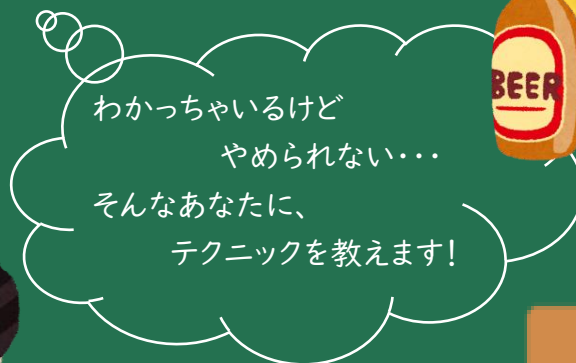
悪癖対策セミナー

講師：予防医学トレーナー

若山 博行

【内容】

- ・依存度チェックテスト
- ・常識の破壊
- ・クイットプラン
- ・習慣化ワークショップ
- ・実践トレーニング



わかっちゃいるけど
やめられない・・・
そんなあなたに、
テクニックを教えます！



【日 時】：令和5年9月30日 10：00～11：30 昼食後解散

【場 所】：いこいの村能登半島 大会議室
羽咋郡志賀町志賀の郷温泉 ☎0767-32-3131

【募集定員】：40名（組員及びその家族、申込者多数の場合は、抽選となります）

【申込方法】：ホームページ 共済いしかわのセミナー申込フォームより
必要事項を入力の上お申し込みください。

（FAX等による申込みの受付は行っていません）

申込締切日：令和5年8月11日（金）

お問合せ先：石川縣市町村職員共済組合福祉課 ☎076-263-3366

