

# 看護の日フェア

## 発見♡ストレスと上手につきあう方法

日時 平成30年5月18日(金) 10:00~16:00  
場所 イオンモール大和郡山 1F 北小路コート

- ・健康チェックコーナー  
骨密度測定 ストレスチェック
- ・リラックスコーナー  
ハンドマッサージ
- ・なんでも相談コーナー  
子育て相談 お薬相談 栄養相談
- ・ちょっといい話コーナー
  - ①ストレスと上手につきあう方法
  - ②ストレスなく認知症の方と関わる方法
- ・みんなの遊びコーナー



ストレス対策にはストレスを正しく知る、健康的な生活、リラックス、まわりのサポートを得るなどがあります。今回、当院のスタッフが来場し、みなさんの心と体の健康に寄与できればと思い開催いたします



独立行政法人国立病院機構  
やまと精神医療センター

