

Workshops on Multicultural Mental Wellness

ストレス マネジメント STRESS MANAGEMENT



異文化生活では、不慣れなことが多く、ストレスを感じる場面も多くあります。ストレスに対する理解を深め、異文化生活を楽しみましょう。

留学生、海外留学希望者、留学生チューター、
帰国子女、海外勤務予定者、海外研究者、
国際的な活躍を目指す学生、など

2014 12/12 (Fri) 15:30-17:00

スチューデント・commons (1A棟 スーフファクトリー横)

RSVP (お申し込み & お問い合わせ先)

tkbmulticul@gmail.com

Naoko Shimada, Ph. D.
Assistant Prof, Student Health Center

Hanako Suzuki, Ph. D.
Assistant Prof, Int'l Student Center



主催：保健管理センター学生相談室、グローバル・commons機構 留学生センター

Workshops on Multicultural Mental Wellness

STRESS

MANAGEMENT

ストレス・マネジメント



Experiencing stress is very common when living in a new culture.
Let's think about how to reduce your stress and enjoy your life.

International students, Students who are interested in studying
or working overseas, etc.

2014 12/12 (Fri) 15:30-17:00
Student Commons (Bldg. 1A ^{next to} soup factory)

RSVP (お申し込み & お問い合わせ先)

tkbmulticul@gmail.com

Naoko Shimada, Ph. D.
Assistant Prof, Student Health Center

Hanako Suzuki, Ph. D.
Assistant Prof, Int'l Student Center



主催：保健管理センター学生相談室、グローバル・commons機構 留学生センター