



参加申込
フォーム



信州大学総合健康安全センター主催

メンタルヘルス講演会

『思い通りにならない人生を生きる。
— マインドフルネスのエッセンス —』

日時

2023年 9 月 4 日（月） 15:00～16:00

会場

松本キャンパス旭会館3階 大会議室
（後日、eALPSのアーカイブ配信予定）

講師

高橋 美保 先生

東京大学大学院教育学研究科 教授

対象

本学教職員