

学生対象

# \* マインドフルネスで集中力を高めよう！

Googleなどの企業も注目する  
マインドフルネスと一緒に学びませんか？

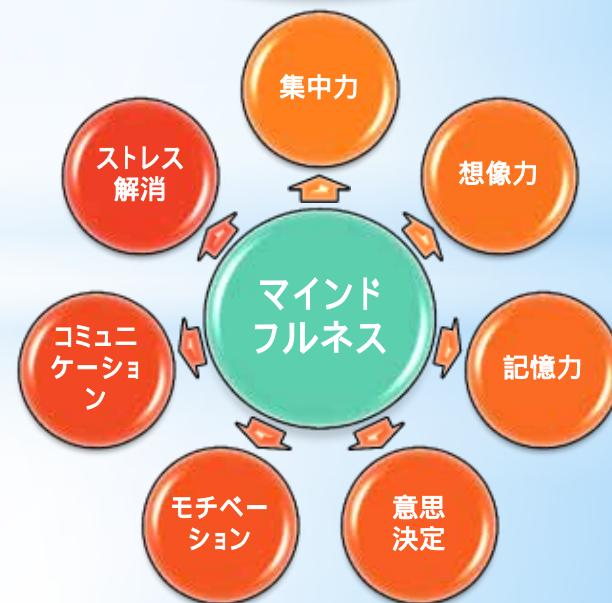
説明会開催：12:15 - 12:50

- ・12月 5日(月)
- ・12月 9日(金)
- ・12月12日(月)
- ・12月16日(金)
- ・12月19日(月)

開催場所：L2号館1階 学生相談室

集中力Upに向けた10分間の取組方法

昼食  
持ち込みOK！



お問合せ先：学生相談室 TEL:042-778-9732 E-MAIL: [gakusou@kitasato-u.ac.jp](mailto:gakusou@kitasato-u.ac.jp)