



コロナショックと
メンタルヘルス

MD 10 minutes



4月29日のテーマ



テレワークとメンタルヘルス



視聴者から佐野先生への
質問タイム



テレワークで、みんなどんなことが
ストレスになっているの？



テレワーク・自粛生活を
健康的に乗り切るための習慣