

メンタルヘルス
に関する意識を高める

メンタルヘルスとは、
セルフケアが
決してわがま
まではないと
認識すること



QRコードをスキャンするか、
optumwellbeing.comにアクセス
して、あなたにとってのメンタルヘ
ルスとは何かを再発見しましょう。

Optum