

メンタルヘルスセルフ研修要綱

対象者 メンタルヘルス研修未受講者 または 希望者

日 程 平成30年11月2日(金) 13:00~14:30

会 場 高齢者ケア研修センター財田の杜(虻田郡洞爺湖町川東 80-16)

~研修のねらい~

当法人は、心の健康づくりに積極的に取り組んでいます。心の健康を保持増進するためには、自分自身の心の状態についてよく知ることが大切です。この研修では、自分自身と向き合い、自分の心の状態について考えることを目的とします。

次第

時間	研修科目	形式	講師	研修内容
12:45~13:00	受付			
13:00~13:10	研修のねらい			
13:10~14:30	ストレスについて	講義 演習	本部 臨床心理士 岩佐	・当法人の心の健康づくりに関して知る。 ・ストレスとは何か、心の健康とは何か考える。

- * 喫煙は指定の場所をお願い致します。
- * 車での移動は安全運転をお願いします。
- * 研修当日は「研修記録カード」を忘れずに持参ください。

メンタルヘルスセルフ研修 参加申込書

送付先： 行動規範第9委員会 別紙 宛

E-mail： kazufusa.besshi.96@koseikai-wel.or.jp

FAX： 0142-84-1145

締切日：平成30年10月26日（金）

事業所名：

フリ 氏 氏 名	職 種