

福利厚生センター地方委託開催講習会

平成27年度 メンタルヘルス講習会～ストレスマネジメント～ 開催要項

1 目的 福祉サービス等従事者は、日頃の利用者支援の中で、少人数での対応による不安や多忙によるストレスが生じることも少なくありません。利用者に対してよりよい支援を行うためには、支援者自身が心身ともに健康であることが大切です。

本講習会は、仕事や生活にマイナスの影響が生じる前に、支援者自身が、ストレスについて認識するとともに、効果的なストレス対策やストレスを上手にコントロールする方法を学び、心身ともに安定した状態になることで、サービスの質の向上に資することを目的に開催します。

2 主催 社会福祉法人 福利厚生センター
福利厚生センター愛媛県事務局（社会福祉法人 愛媛県社会福祉協議会）

3 対象者 中国・四国ブロック内のソウェルクラブ会員

4 開催日時 平成27年8月11日（火）13:30～16:30

5 会場 愛媛県総合社会福祉会館2階「多目的ホール」
松山市持田町三丁目8番15号 TEL 089-921-5070

6 内容

時間	内容	講師等
13:00～13:30	受付	
13:30～13:35	開会・オリエンテーション	
13:35～16:30	【講義・演習】 「ストレスマネジメント」	鳥取大学大学院医学系研究科臨床心理学 専攻講師 博士 竹田 伸也 氏
16:30	閉会	

【講師プロフィール等】

竹田伸也（たけだしんや）氏 鳥取大学大学院医学系研究科臨床心理学専攻講師 博士
香川県丸亀市生まれ。鳥取大学大学院医学系研究科医学専攻博士課程修了。
鳥取生協病院臨床心理士、広島国際大学心理科学部講師を経て現職。
日本老年精神医学会評議員、日本認知症予防学会評議員を務める。

【主な著書】

『認知行動療法による対人援助スキルアップ・マニュアル』
『誰でもできる脳いきいき教室のすすめ方-地域で楽しめる認知症予防活動』
『マイナス思考と上手につきあう認知療法トレーニング・ブッケー-心の柔軟体操
でつらい気持ちと折り合う力をつける』など

7 定員 100名（先着順とさせていただきます。）

8 参加費 無料

9 申込方法 別添参加申込書に必要事項をご記入のうえ、7月31日（金）までに、FAX等で下記事務局
あてにご提出ください。受講が決定した皆様には受講決定通知をお送りします。8月7日（金）ま
でに未着の場合はお知らせください。
※申込書様式は、福利厚生センター愛媛県事務局ホームページからダウンロード可

10 その他 (1) 会場の駐車場は限りがありますので、公共交通機関をご利用ください。会場駐車場が満車の
場合は、有料駐車場に駐車いただき、玄関前及び周辺道路上等への駐車はご遠慮くださ
い。
(2) 不明な点がございましたら、下記までお問い合わせください。

11 申込・連絡先 愛媛県社会福祉協議会 経営管理課（担当/峯下・木口）
〒790-8553 松山市持田町三丁目8番15号 愛媛県総合社会福祉会館内
TEL：089-921-8344 FAX：089-921-8939
Eメール：keiei@ehime-shakyo.or.jp