



平成29年度メンタルヘルス講習会



本講習会は、福利厚生センター地方委託開催講習会として開催します。

参加費
無料

ストレスコントロールで心のパワーを高めよう！

日時

平成29年 **10**月**31**日(火)

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)



社会福祉法人福利厚生センター



「やさしさ」を抱きしめよう



社会福祉法人愛媛県社会福祉協議会

日程・内容

時間	内容
13:00～	受付
13:30～13:40	開会・オリエンテーション
13:40～16:40	講義・演習「ストレスコントロールで心のパワーを高めよう！」 基本的なストレスマネジメントの考え方やストレス耐性の高め方、アンガーマネジメント、ストレスのコントロール方法等について学びます。
16:40	閉会

講師



鎌田 敏 (かまた びん) 氏

株式会社エンパワーコミュニケーション代表取締役／こころ元気研究所所長
こころ元気配達人として、行政、PTA、企業、福祉団体等へ年間約180か所の講演を行っている。
産業カウンセラー、日本メンタルヘルス協会基礎カウンセラー、心理相談員、認定コーチなどの資格を持つ。
日本選択理論心理学会正会員、日本ファシリテーション協会正会員、日本産業カウンセラー協会正会員

ココが魅力

メンタルヘルスについて 明日からの仕事に
楽しく学べます！ 役立ちます！

参加対象

中国・四国ブロック内のソウェルクラブ会員

定員

100名程度

※定員を超えた参加申込があった際は、参加人数を調整させていただく場合がありますので、あらかじめご了承ください。

参加申込

別添申込書で10月13日(金) 17時までに下記申し込み先あてお申込みください。(FAX・メール可)

その他

- ◆受講が決定した皆様には、受講決定通知をお送りします。10月27日(金)までに同通知が未着場合はお知らせください。
- ◆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。会場の駐車場が満車の場合は周辺の有料駐車場に駐車いただき、会場正面玄関前及び周辺道路上等への駐車はご遠慮ください。
- ◆このチラシ及び申込書はホームページ (<http://www.ehime-shakyo.or.jp/>) からダウンロードすることができます。

問い合わせ先

【福利厚生センター愛媛県事務局 (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
TEL 089-921-8344 / FAX 089-921-8939
Eメール e-sowel@ehime-shakyo.or.jp / URL <http://www.ehime-shakyo.or.jp>