

福利厚生センター地方委託開催講習会
平成29年度メンタルヘルス講習会 開催要項
～ストレスコントロールで心のパワーを高めよう！～

- 1 目的** 福祉の現場では、利用者や職員との人間関係や業務への不安、多忙からストレスが生じることが少なくありません。よりよい福祉サービスを提供するには、職員自身が心身ともに健康であることが求められます。
本講習会では、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、怒りの感情と上手に付き合うためのアンガーマネジメントやストレスのコントロール方法等を学び、メンタルヘルス不調の際のセルフケアの方法を身に付けることによって、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 期日** 平成29年10月31日（火）
- 4 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）
- 5 参加対象** 中国・四国ブロック内のソウェルクラブ会員
- 6 定員** 100名程度
- 7 参加費** 無料
- 8 日程・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！」
16:40 閉会
- 9 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
- 10 参加申込** 「参加申込書」に必要事項をご記入の上、10月13日（金）までに、下記事務局あてFAX又は郵送でお申込みください。
受講が決定した皆様には、受講決定通知をお送りします。10月27日（金）までに同通知が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できます。
- 11 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。
(2) 申込書に記載された個人情報、本講習会の運営管理目的のみに使用します。本講習会参加者名簿には法人名・施設名・役職名・氏名を記載します。
(3) 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。
- 12 問い合わせ先** 福利厚生センター愛媛県事務局（担当：峯下・木口）
愛媛県社会福祉協議会・経営管理課内
〒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