

大阪介護支援専門員協会
阿倍野区支部主催

ストレス管理と メンタルヘルスケア

～ケアマネジャーに送るメッセージ～

法定外
研修



こんな方にお勧め!

- ✓ 最近疲れ気味の人
- ✓ ケアマネ業務に強いストレスを感じている人
- ✓ 気分転換やメンタルの切り替えについて学びたい人

自分の「心の保ち方」を学ぶと
ストレスへの対処法が身につき
前向きに仕事に取り組めるよう
になります!

研修方法

オンライン(Microsoft Teams)のみ

参加費

2,500円/人 (一般)

1,500円/人 (大阪介護支援専門員協会員)

開催日時

1/18(土)

14:00 ▶ 16:00

受付開始 13:00

定員

先着 50名

講師：中辻 朋博 氏

大阪介護支援専門員協会
事務局長



ストレスのメカニズムや自分自身の心の保ち方を学ぶこと、対人援助職には必要不可欠と思います。ケアマネジャーが各自抱えるいろいろなストレスに対してその原因や緩和や解消を一緒に考え、他者の意見を聞き少しでも日々の業務が楽になるような研修をと考えています。

自身の経験などをお話することで各自のストレス発散もできればいいかなと思います。こんなことやあんなことしている、ケアマネジャーの業務ではないことしている方、またどのように回避しているかなど意見交換もできるように考えています。

お申込みはこちらの
登録ページよりご登録
下さい。

