

令和5年度 社会福祉施設等経営支援セミナー 第7回
メンタルヘルス研修 開催要綱

1 目 的

「感情の抑制や緊張、忍耐などが不可欠」とされる感情労働にも分類される福祉サービス。そこで働く職員にかかるストレスは非常に大きいと言われます。職員のメンタルヘルスは、離職防止の観点からも、事業所にとって大きな問題です。

本研修では、ストレスに関する基礎知識や最新情報を通じて、ストレスと正しく向かい合い、その軽減法を学び、モチベーション向上を目指します。

2 日 時

令和5年11月8日（水）10：00～16：00
（受付開始 9：30）

3 会 場

大分県総合社会福祉会館 4階 大ホール
大分市大津町2-1-41 097-558-0300

4 対象者

「最近元気、仕事のやる気が起きない」「職員の離職防止、職場環境改善に取り組みたい」と感じている施設責任者、現場管理者、担当職員、一般職員

5 参加費

大分県社会福祉協議会会員施設 一人 4,000円
〃 非会員施設 一人 6,000円

※お釣りのないようにご準備ください。

6 日 程

9:30		10:00		12:00		13:00		16:00
	受 付	開 会	講 演 義 習	昼 休 食 憩		講 演 義 習		閉 会

7 内 容

（1）ねらい

- ①ストレスについての正しい理解を深め、個人でできるストレスケア法を毎日の生活に取り入れることにより、個々人の生活の質の向上、ひいては業務の質の向上につなげる

（2）講師

別添「令和5年度社会福祉施設等経営支援セミナー講師一覧」参照

(3) カリキュラム

10:00 開会・オリエンテーション

講義 研修の目的と進め方の共有

①メンタルヘルスの意義と重要性

- ・国の指針
- ・ストレスチェックの目的

②メンタルヘルスの基礎知識

- ・ストレスとストレッサー
- ・メンタルヘルス不全について

③ストレスチェックとその軽減

- ・ストレスを測る尺度
- ・ストレス対処法6タイプの解説
- ・「リフレーニング」を活用する
- ・コミュニケーションの方法を変える

④「HSP」とは

- ・HSPの特徴
- ・HSPへの対応

⑤まとめ

16:00 閉会

8 参加申込

(1) 別紙申込書に必要事項を記入のうえ、10月25日(水)までに本会施設団体支援部あてFAXで申込みください。定員超過等参加不可の場合のみ連絡します。

(2) 参加費は当日受付にて徴収します。また、当日会場で弁当500円(お茶なし)の予約を受付ていますので、希望者はお申込みください。

9 キャンセルについて

(1) 当日のキャンセル (連絡なしの場合) 参加費の100%

参加費の50%

(2) 7日から前日までのキャンセル・・・・・・参加費の20%

(3) 8日前までのキャンセル・・・・・・無料

但し、参加予定者や事業所に不測の事態が生じ、その理由がやむを得ないものであると認められる場合は、キャンセル料をいただきません。

10 その他

申込みにおける個人情報については、本研修の参加者名簿作成に利用し、それ以外の目的での使用及び第三者への開示、提供は行いません。