



メンタルヘルスケア



この研修では、「ストレス」とは何かを知っていただき、自分自身でストレスに対処する方法を習得いただきます。さらに、コミュニケーションが持つ良い効果を、研修を通して実感していただくことで、職場のコミュニケーションもより良いものにしていただきます。

ストレスを抱えやすい現代だからこそ、知っていただきたい基本知識を身につけ、さらに働きやすい職場づくりにつなげていただくことを目的とします。

開催日時

令和4年9月10日(土) 午後2時から午後4時

開催場所

鉾田市ふる里見聞館 〒311-2117 鉾田市大蔵28番地97

講師

ユタリラ相談室〔前田文子氏・窪暁子氏〕

【ご紹介】公認心理士・社会福祉士・精神保健福祉士で構成されています。様々な生きづらさを抱えた方と共に、ゆったり、リラックスしながら、ほっと息ができる場所を探すお手伝いをしてくれる、そんなお二人を講師にお迎えします。

参加費 無料

申込方法

本会ホームページの申込フォームからお申込みください。

<http://www.csw-iba.org/>

申込期限

令和4年8月26日(金)まで

