介護福祉士会東信支部　　E　　ブロック　　研修会のご案内
〈ZOOM研修〉

『メンタルヘルス』

働くうえで重要となる“健康”を維持するには風邪や怪我の予防といった体の管理だけでなく、精神(メンタル)の管理も不可欠です。研修を通して自分自身のメンタルヘルスや日頃のストレスについて学び、自らのメンタルケアが出来るように、皆様と知識や方法を共有したいと思いますので、どうぞお気軽にご参加ください。

日時：　　令和５年10月２０日（金曜日）17時～18時

講師：　　長野大学社会福祉学部、長野大学大学院総合福祉学研究科非常勤講師
　　看護師・保健師・公認心理士
　　山岸　昌平　氏

参加費：　　会員、非会員ともに無料にて開催いたします。

＊お手持ちのスマホかパソコンでご参加いただけます。事前にアプリ【ZOOM】をダウンロードして下さい。

ミーティングID：【　８７６５３２１３６６７　】

＊パスコードなし

参加申し込みされた方には、資料とアンケート用紙をFAXさせて頂きます。

問い合わせ：長野県介護福祉士会 東信支部Eブロック長 多田周治
社会福祉法人　ラポートあおき TEL 0268-49-1111
申し込FAX　0268-49－1113　社会福祉法人ラポートあおき　多田宛　１０月１０日〆切

氏名	会員番号	事業所名	連絡先電話orFAX