

メンタルヘルス研修

忙しい業務や日々の生活で、心の疲れを感じることはありませんか？
ストレスとの付き合い方や、自分でできる対処法、対人関係の持ち方
についてお話しします。

長く健康に働くために、心の健康について学びましょう！

Zoom
オンライン
開催



講師

医療法人財団 明理会
IMSグループ 鶴川サナトリウム病院

臨床心理士 松田 千広氏

講師紹介

プロフィール
公認心理師・臨床心理士
鶴川サナトリウム病院 臨床心理室 主任
認知症高齢者やその家族、支援者への支援、地域での講演、認知
症カフェの開催、学術大会での研究報告等、主に高齢者領域にて
心理的支援に関するさまざまな活動に従事している

研修の主なテーマ

- ・ ストレスってなんだろう？
- ・ 働く人のためのストレス対処
- ・ セルフケアの実践法

※ワークをしながら、体験的に学びます

日時

2022年12月6日(火) 13:30~15:30

○参加費 : 2,000円(会員)、4,000円(一般)

○対象者 : 町田市内高齢者福祉施設・介護保険事業所職員等

○定員 : 30名(先着)

○申込方法 : 11月22日(火)までに町田市介護人材開発センターのホームページより
ホームページ <https://machida-kaigo.org/>

Home画面⇒「学ぶ・資格」⇒「研修案内」⇒「メンタルヘルス研修」⇒「申し込み」

○受講決定の連絡 : 申込時に指定されたメールアドレスに参加費の振込先と一緒に送ります。

申込締切後、1週間以上たっても連絡がない場合は、事務局にご連絡ください。

お問合せ先 : 一般社団法人町田市介護サービスネットワーク
町田市介護人材開発センター

TEL : 042-860-6071 FAX : 042-860-6073

Email : info@machida-kjkc.jp



ホームページURL