



埼玉県のマスコット
「コバトン」「さいたまっち」

心の健康を守る

メンタルヘルス研修

のご案内

参加費無料
事前予約制

職員一人ひとりのストレスケアで、チームカアッパ！

日々頑張っている介護職員の皆さん、自分でも気づかぬうちにストレスを抱えていませんか？
ストレスケア・メンタルヘルスを学んで心身の健康維持に役立てましょう。

研修日程	第1回	8月23日(火)	Zoom形式
	第2回	12月14日(水)	大宮ソニックシティ 601会議室 <small>(大宮駅 徒歩3分)</small> 又はZoom形式
	第3回	R5 2月17日(金)	Zoom形式
時間	13:30~16:30 ※適宜休憩あり		
対象	実務経験3年未満の介護職員		

＜講座内容＞ ※3日間共通

- ストレスとは？ ストレスサイン発見のポイント
- ストレスマネジメント実践<ワーク>
- メンタルヘルスに欠かせない、働きやすい環境を作るために必要な人間関係構築方法 他

お申込み用
QRコード



お申込みは左記専用QRコード、
またはお電話にて承ります

受講後もイベント連絡や
相談電話のご案内等、
引き続きフォローします。



埼玉県のマスコット
「コバトン」

受託業者
お問合せ

『羽ばたけ！ SAITAMA KAIGO』 <https://habatake-kaigo.com/>

株式会社シグマスタッフ大宮支店

〒330-0854
埼玉県さいたま市大宮区桜木町1-9-1
三谷ビル7F

TEL 048-782-5173

MAIL info@habatake-kaigo.com



担当課

埼玉県福祉部高齢者福祉課

令和4年度 埼玉県介護職員就業定着支援事業