



## 職員のメンタルヘルス 燃えつきないためのセルフケア

「働きやすい職場」について一度は悩まれたことがあるのではないのでしょうか。支援者の仕事で最も疲れるのは感情労働と言われる部分です。セルフケアをしないと燃えつきてしまいます。よりよい支援を行う上で、人との関わりを楽しみ、ストレスに柔軟に対応できるように、支援者自身のセルフマネジメントが必要とされています。そこで今回は事業所の発展と、職員のメンタルヘルスを日頃から考えている水澤氏をお招きします。ぜひご参加ください。



《日時》 令和5年10月13日（金） 14:30～16:30

《場所》 障害者支援センター松が丘園 3階研修室  
（相模原市中央区松が丘1-23-1）

《講師》 Healing & Recovery Institute 所長  
水澤 都加佐 氏

《対象者》 相模原市内の障害福祉サービス事業所従事者  
障害福祉基礎研修Ⅰ・Ⅱ修了証発行事業の対象研修です。  
希望者には受講履歴のカウントをします。  
※ カウントには事前の登録が必要です。

《定員》 40名程度

《申込み》 申し込み締切：令和5年10月2日（月）

申込書に必要事項を記入して、Eメールでお申し込み  
ください。

全4回コースの  
第2回目です！  
※単回での参加可

参加費無料

### 【主催】

社会福祉法人相模原市社会福祉事業団  
相模原市基幹相談支援センター

### 【後援】

相模原市障害福祉事業所協会  
相模原市障害者自立支援協議会

### 【お問合せ・お申込み】

相模原市立障害者支援センター松が丘園  
基幹相談支援センター

担当：和田・菊地

メール：soudan\_h1@sagamihara-shafuku.or.jp

電話：042（758）2121

