

令和6年度 福祉研修センター 支援者支援研修（G2）

レジリエンス研修

～豊かに生きるために～

皆さん、“レジリエンス”って聞いたことがありますか？逆境やストレスに直面した時に乗り越えて適応する力のことです。誰も予想しない出来事に遭遇する経験があると思います。「つらい・・・」と思うことがありますよね。そんな時、そのことをどう捉えているのでしょうか。実はその捉え方によって、回復の仕方が変わるといわれています。レジリエンスは筋肉の様に鍛えるものとも言われています。ここでは“このストレッチ”と理解してみましょ。講師に井上氏を招聘し、しなやかに、たくましく生きていくためのヒントを学びましょ。

皆様のご参加、こころよりお待ちしております！

【日 程】 令和7年2月4日（火）14:30～17:00

【講 師】 井上 隆 氏

（慈恵第三看護専門学校非常勤講師 高津看護専門学校非常勤講師）

【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）

【対象者】 ①相模原市内の障害福祉サービス事業所等の職員
②相模原市内在住で市外の障害福祉サービス事業所等の職員
③相模原市在住か在勤で障害児者に関わる関係者等

【定 員】 25名

【申込み方法】

下記の二次元コードから、受付フォームにご入力下さい。

PC用 URL

<https://sagamihara-shafuku.or.jp/study/forms/g2.html>

【申込み締め切り】

令和7年1月31日（金）

【お問合せ】

相模原市立障害者支援センター松が丘園

福祉研修センター（担当：北澤・天野）

電 話 042（758）2121

【主 催】 社会福祉法人相模原市社会福祉事業団



申込用二次元コード

