

令和4年度メンタルヘルス講習会 開催要項

1 目的

全ての働く人が、健やかにいきいきと自分の能力を発揮していくためには、自分の抱えるストレスに気づき、適切に対処することが不可欠となります。

そこで、メンタルヘルスの現状やストレス要因等を踏まえたうえで、日頃から自身で取り組むことのできるセルフケア、組織として取り組むラインケアについて学び、働き方や職場環境について考えることを目的に、メンタルヘルス講習会を開催します。

2 主催

沖縄県社会福祉協議会・安全衛生委員会

3 日時、場所、内容等

令和4年12月19日(月) 11:00~12:00、13:15~14:45

時間	場所	内容
11:00~12:00 (60分)	オンライン (Zoom)	【一般職員向け】「セルフケア研修」 セルフケア・・・労働者自らが心の健康の保持増進のために行う活動。
13:15~14:45 (90分)	沖縄県総合福祉センター東棟5階 503教室	【管理職向け】「ラインケア研修」 ラインケア・・・管理監督者が労働者の心の健康の保持増進のために行う活動。

4 講師

宮島 美和子 氏

(沖縄産業保健総合支援センター メンタルヘルス対策促進員、産業カウンセラー)

5 対象

沖縄県社会福祉協議会職員、センター入居団体職員、近隣社会福祉施設職員

6 申込方法

沖縄県社会福祉協議会のホームページ、または下記 QR コードから、本講習会の申込フォームにアクセスし、必要事項をご入力の上送信してください。

※送信いただいた後、確認メールが届きます。メールが届かない場合はお問い合わせください。

※申込フォームの情報をもとにメールを送信いたしますので、メールアドレスの入力に誤りがないようご注意ください。



↑ 申込フォーム QR

7 申込期日 令和4年12月12日(月) 〆切

8 お問い合わせ先

〒903-8603 沖縄県那覇市首里石嶺町4丁目373-1

沖縄県総合福祉センター センター管理室 (担当: 國吉)

TEL: 098-882-5811 FAX: 098-882-5820