

ストレスマネジメント研修

※本研修は、新型コロナウイルス感染症拡大に配慮しながら、集合研修による開催となります。

研修の目的	福祉・介護等の対人援助職は、利用者及び家族支援、その他職場内外の様々な場面で精神的なストレスを受けやすく、適切に対処しないと心身の健康を崩してしまい、福祉サービスの質の低下や職場環境の悪化の原因となります。本研修では、職員自身がストレス等による心身の不調を防ぐために、ストレスに対する理解を深めセルフケアの方法について理解することを目的に開催します。
実施機関	社会福祉法人新潟県社会福祉協議会
対象者	社会福祉施設・事業所に勤務する福祉関係職員
定員	80名 ※定員を超えた場合は、抽選により受講の可否を決定いたします。
期日・会場	令和3年11月19日（金） 新潟ユニゾンプラザ 4階 大会議室
申込期間	令和3年8月16日（月）から10月3日（日）まで
申込み手続き	本会ホームページ上の社会福祉研修受付システムにID・パスワードによりログインのうえ、お申し込みください。申込受付後にシステムより受付確認メールが自動送信されます。 なお、受講承認通知（受講の可否）については、申込締切日から10日以内に事業所宛てに通知（メールで送信）いたします。
受講料	1人3,200円 ※受講決定後に送信される受講承認通知メールに記載した指定口座に振込期限日までにお振り込み下さい。（県職員は除く。）
留意事項	(1) 研修会当日のお申し込みは一切できません。申込締切日までにお申し込みください。 (2) 受講承認後、研修受講日程を変更することはできません。業務都合等で、キャンセル及び受講者を変更する場合は、「問い合わせ先」へご連絡ください。 (3) 一度お支払いになった受講料を返金、または他の研修へ振り替えることはできません。 (4) 宿泊及び昼食については、当センターでは斡旋いたしませんので各自でご用意ください。 (5) 研修会場内の空調管理に努めていますが、空調の体感温度には個人差がありますので、温度調整のできる服装でお越しください。 (6) 会場の駐車場は、催事により混み合い駐車できない場合がありますので、ご来場の際はできるだけ公共交通機関をご利用ください。 (7) 自然災害等により、研修の開催が困難であると判断したときは、中止または日程変更を行う場合があります。その際は、本会ホームページ及びメールでお知らせいたします。 (8) 受講者の皆様に関する個人情報、当研修の目的を達成するために必要とする最小限の範囲とし研修事業関連のみの目的で使用します。また、その管理は「県社協個人情報保護規程」に基づき適切に行い、無断で第三者に提供することはありません。 ※本研修の受講者名簿に、受講者氏名・所属・役職を掲載し配布いたします。

問い合わせ先	〒950-8575 新潟市中央区上所 2-2-2 新潟ユニゾンプラザ 3 階 社会福祉法人新潟県社会福祉協議会 福祉人材課 社会福祉研修センター担当 電話：025-281-5524 FAX：025-282-0548 メール：kensyuu@fukushiniigata.or.jp 研修システムホームページ： http://www.fukushiniigata.or.jp/kensyu_user/
--------	--

■ 研修プログラム

時間	科目	内容	講師
9:30	受付		
10:20	【開講挨拶】新潟県社会福祉協議会 福祉人材課		
10:30 ～ 12:00	【講義】 ストレス及びメンタルヘルスの理解	ストレス要因や構造、ストレスによる心身の反応等について学び、ストレスの受け止め方や関わり方等について理解します。	新潟医療福祉大学 社会福祉学部 社会福祉学科 准教授 松本京介
13:00 ～ 16:00	【講義・演習】 ・ストレス状態やストレスタイプの理解 ・ストレスへの対処方法	ストレスサインや自己特性を知り、ストレスや感情のコントロール方法について理解します。 不安やストレスに対するセルフケアやバーンアウトを防ぐ方法について理解します。	
16:00	閉講		

※プログラムは、一部変更になる場合があります。

新型コロナウイルス感染症への対応について

研修を受講するにあたっては、別紙「各種研修実施上の新型コロナウイルス感染症の感染予防対策について」をよくご確認いただき、感染予防の徹底にご協力くださいますようお願いいたします。

別 紙

各種研修実施上の新型コロナウイルス感染症の感染予防対策について

社会福祉法人新潟県社会福祉協議会
社会福祉研修センター

新潟県社会福祉協議会 社会福祉研修センターでは、新型コロナウイルス感染症の感染防止のため、研修を受講される皆様及び講師並びに職員の安全を第一に考え、下記の対策を講じております。何卒ご理解とご協力のほどよろしくお願い申し上げます。

■新型コロナウイルス感染症の感染予防対策

- ① 受講定員数を縮小し、受講者間の距離を確保します。
- ② 受講者・講師・職員のマスクの着用を必須とします。
- ③ 会場入口に消毒液を設置します。
- ④ 休憩時等、定期的に換気を行います。
- ⑤ 複数の人の手が触れる箇所や備品については、適宜消毒します。

■受講者の皆様へのお願い

- ① 研修当日に自宅で検温し、37.5 度以上の発熱がある場合は受講をお控えください。（会場にて体温チェックさせていただく場合があります。）
- ② 過去 2 週間以内に発熱や感冒症状があった方は受講をお控えください。
- ③ 咳エチケットを遵守するとともに、研修中はマスクの着用を徹底してください。
- ④ 会場への入退出の都度、手指消毒の徹底をお願いします。
- ⑤ 研修前後や休憩時間中には、こまめな手洗いうがいを推奨します。
- ⑥ 適宜、会場内の換気を実施するため、温度管理ができる服装でお越しください。
- ⑦ 万が一、受講者の中で感染が明らかになった場合は、関係機関に必要な情報を提供する場合がありますのでご承知おきください。

<座席について>

座席は、受講者同士一定の間隔をとります。

研修によっては、演習（グループワーク）を実施しますが、その場合も受講者同士の距離を確保したうえでグループ化します。なお、演習については、一部簡略化して実施する場合がありますので予めご了承ください。