

セルフケア研修

目 的：医療従事者が、自らの心の健康を維持増進するための行動とその予防を理解できる。

対 象：保健医療機関等の従事者

方 法：医療機関や介護施設などで働く職員が、就業時間終了後に自施設又は近隣の施設で研修を受講することができます。

定 員：開催会場により定員数が異なります。詳細は下記をご参照ください。

申し込み方法：開催会場組織内の方は**下記の責任者**に、その他の方は**専用の申込用紙（1）**でお申込みください。

受講料：無料

研修プログラム

開催会場

研修内容	講師
働く人のメンタルヘルス「セルフケア」研修 ～医療職として自分の心の健康を維持するためには～ ★心の健康とストレスの関係 ・医療職の働く環境とストレス ・ストレスとはなにか ・ストレスの対処方法 ・ストレスチェック制度の活用法 ・「メンタルヘルス」不調にならないための予防や、健康維持のために組織内や社会的資源を活用する。	産業カウンセラー 山上 秋子

施設外からの受講申し込み（申込用紙 1）

埼玉県看護協会第二研修センター

FAX: 048-548-8440

支 部	施設名住所	連絡先（電話） F a x	責任者	開催日	研修時間 (90 分)	研修 定員	最寄駅
1	秩父病院 〒369-1874 秩父市和泉町 20 番	電話：0494-22-3022 Fax：0494-24-9697	看護師長 島崎 真由美	10/18 (火)	18 時 30 分 ～20 時	50 名	西武池袋線「西武秩父」 秩父鉄道「影森」 *駐車場 OK
2	飯能老年病センター 〒357-0016 飯能市大字下加治 147-1	電話：042-974-2500 Fax：042-974-7511	総看護師長 伊藤 信子	10/13 (木)	17 時 30 分 ～19 時	50 名	JR 八高線・西武池袋線「東飯能」 西武池袋線「飯能」北口 *駐車場 OK
5	万葉の郷 ※会場「ふれ愛の郷」 〒349-1153 加須市新川通 105-1	電話：0480-72-1165 Fax：0480-72-1601	施設長 堀越 美稚子	12/13 (火)	18 時～ 19 時 30 分	50 名	JR 宇都宮線・東武日光線「栗橋」西口 タクシー5 分 *駐車場 OK
5	済生会鴻巣病院 〒365-0073 鴻巣市八幡田 849	電話：048-596-2221 Fax：048-596-6786	看護部長 石原 清二	11/22 (火)	17 時 45 分 ～19 時 15 分	100 名	JR 高崎線「鴻巣」東口から徒歩約 25 分 *駐車場 OK
6	さいたま市立病院 ※会場：さいたま市立高等看護学院講堂 〒369-8522 さいたま市緑区三室 2460	電話：048-873-4111 Fax：048-873-5451	副院長兼看護部長 小川 裕美子	9/20 (火)	17 時 45 分 ～19 時 15 分	100 名	JR 京浜東北線「北浦和」、JR 武蔵野線 「東浦和」よりバス *駐車場 OK（20 時まで）
9	中川の郷療育センター 〒343-0116 北葛飾郡松伏町下赤岩 222	電話：048-992-2701 Fax：048-992-2702	療育指導部長 薄葉 典子	11/17 (木)	18 時 30 分 ～20 時	50 ～ 60 名	JR 武蔵野線「吉川」北口よりバス、 エローラ行き（約 10 分）岩平下車 徒歩 3 分 *駐車場 OK

「セルフケア」研修会申込書

内容を確認の上、必要事項を記入し、FAX でお申込みください。

研 修 対 象 保健医療機関の従事者

参 加 費 無 料

F A X 番 号 048 (548)8440

施設名： 担当者名：

住所：(〒 -)

電話番号： Fax 番号：

受講希望会場・開催日・開始時間（参加可能な会場の記入欄に○をつけてください）

希望会場	開催会場	開催日	申込期間
	さいたま市立病院	9 月 20 日 (火)	9/2 (金) ～ 9/9 (金)
	飯能老年病センター	10 月 13 日 (木)	9/26 (月) ～ 10/3 (月)
	秩父病院	10 月 18 日 (火)	9/30 (金) ～ 10/7 (金)
	中川の郷療育センター	11 月 17 日 (木)	10/31 (月) ～ 11/7 (月)
	済生会鴻巣病院	11 月 22 日 (火)	11/4 (金) ～ 11/11 (金)
	万葉の郷	12 月 13 日 (火)	11/25 (金) ～ 12/2 (金)

	氏 名 (フリガナ)	職種 (○を付ける) と職位 (例看護部長等)
1	()	職種：医師・看護職・事務・医療職名 () 職位 ()
2	()	職種：医師・看護職・事務・医療職名 () 職位 ()
3	()	職種：医師・看護職・事務・医療職名 () 職位 ()
4	()	職種：医師・看護職・事務・医療職名 () 職位 ()
5	()	職種：医師・看護職・事務・医療職名 () 職位 ()

足りない場合はコピーしてお申込みください

公益社団法人 埼玉県看護協会 担当 瀬山、櫻井

TEL 048-548-8333