

宮城県社会福祉法人経営青年会 令和2年度 第1回勉強会 コロナ禍における心の平穩の保ち方～上手なストレスとの付き合い方～ 開催要綱

○目的 新型コロナウイルス感染症により、以前の暮らしとは全く違う世の中になってしまいました。いろいろなことが制限され、知らず知らずのうちに、意識をしていない中でもストレスが生じている可能性があると思われます。特に社会福祉法人としましては、このような状況下におきましても、継続したサービス提供を行うなど、日常的な負担感も大きいものと思われます。

このたびの研修では、私たち一人ひとりがストレスとうまく付き合いながら、心の平穩を保ちつつ、利用者の生活を支えていくとともに、自分自身の暮らしも穏やかに送ることができるような方策を学びます。

○日時 令和2年12月17日(木) 13時30分～15時30分

○方法 オンライン(ZOOM)開催

○プログラム

時間	内容
13:30～13:35	■開会 あいさつ
13:35～15:05 (90分) ※休憩は適宜取ります。	■講義と演習 「コロナ禍における心の平穩の保ち方 ～上手なストレスとの付き合い方～」 講師：埼玉学園大学人間学部心理学科 教授 杉山 雅宏 氏
15:05～15:25 (20分)	質疑応答(チャットによる質問受付)
15:25～15:30	■閉会

○対象 ・宮城県社会福祉法人経営青年会 会員
・宮城県内の社会福祉法人に所属されている方ならどなたでも可

○参加費 無料

○参加申込方法

- ・下記URLまたはQRコードからお申込みください。
- ・参加申込をいただいた方には、1週間前を目途にZOOMアカウントをメールでお送りいたします。
- ・あわせて、ZOOMのマニュアルもお送りいたしますので参考にしてください。
- ・なお、開催1週間前になってもメールが届かない場合は、事務局へお問合せください。
- ・オンラインでの開催は初の試みのため、不手際や予想外のトラブル発生で参加者の皆様にご迷惑をおかけすることもあるかと思いますが、より良い運営を目指しますので、何卒ご理解のほどよろしくお願い申し上げます。

申込URL：<https://forms.gle/pHYFBpTX2c8tKujD9>

QRコード：



申込締切：令和2年12月11日(金)

○お問合せ先(事務局)

宮城県社会福祉法人経営青年会(社会福祉法人青葉福祉会内) 担当：五百澤 せいぞわ
仙台市青葉区宮町1丁目4-47
TEL：022-263-0531/FAX：022-262-4346
MAIL：seiryu-1@axel.ocn.ne.jp