

# 【南予地区研修受講申込書】

## 『ストレスマネジメント』

- 日 時：平成30年 2月15日（木）13：30～15：30
- 場 所：西予市教育保健センター2F 集団指導室  
西予市宇和町卯之町三丁目439番地1 電話0894-62-6407
- 講 師：認知症介護研修指導者 森川 隆 氏
- 参加人数：60名
- 受講料：会員一人 1,000円（非会員一人2,000円）

### 講師メッセージ

介護の仕事は日々ストレスの中にあると言っても過言ではないでしょう。ストレス自体が無くなることはありませんが、ストレスをストレスと感じなくすることは可能です。大好きな仕事を、嫌いにならないために、少しでも工夫をしてみませんか。そして、自分自身が笑顔になれるための時間を持ちましょう。心が安らぐ時間を過ごしましょう。知は力なり。日頃のストレスをどうすれば軽減できるか、まず、知ることから始めませんか。そして実践を通して心が軽くなる体験をしてみませんか。

この研修の時間が、受講する皆さんにとっても、心安らぐ、癒される時間になることを願っています。

事業所名	( 会 員 ・ 非 会 員 )	
連絡先	(TEL)	(FAX)
氏名		
氏名		
氏名		
質問等ありましたらお書きください。		

※締め切り： 2月7日(水)

<送付先>

FAX：089-989-2557

一般社団法人 愛媛県地域密着型サービス協会事務局

FAX受付確認印 希望する

(確認印が必要な場合のみ○印をつけてください。)