

第9回 なごみの里福祉セミナー

「怒りやイライラをコントロールするアンガーマネジメント ～自分らしくいるために～」

最近、コロナ禍において、感染予防に努めながらの業務や生活で精神的にも体力的にも負担が多い状況です。対人援助職として、利用者の方と向きあう時はもちろん、職員間においても気持ちを豊かに保ち、より良い人間関係を築く為の学びの時間にしたいと思います。

日時：令和5年3月4日（土） 13：30～15：30

会場：しものせき環境みらい館 第一研修室

（下関市古屋町一丁目18-1）

参加費：無料

講師：山下清可氏



経歴

総合病院山口赤十字病院で23年間看護師として勤務。働く中で仕事と子育ての両立、他職域とのコミュニケーションの重要性を痛感する。

2015年、学校法人 YIC 学院へ転職。現在は、企業等を対象に、「メンタルヘルス」「対人支援・コミュニケーション」、「キャリア」分野でのセミナー講師や個別支援を行っている。また、仕事と治療の両立支援に日々関わり、癌～糖尿病、メンタル含め、職場復帰支援等のサポートも行っている。

<専門分野>

- ・メンタルヘルス ・コミュニケーション ・対人支援 ・コーチング ・アンガーマネジメント
- ・キャリアコンサルティング(集団、個別) ・仕事と治療の両立支援(企業、個別)

窓を開けて換気を行うなど、感染予防対策をし、開催させていただきます。寒さ対策をしてお越しください。

・新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止の為、参加者の方は感染予防対策にご協力お願い致します。当日受付にて健康チェックシート記入、検温、マスク着用。尚、参加者から感染者が発生した場合、保健所などの公的機関に参加名簿等の個人情報を提供する場合がありますので、併せてご理解、ご協力をお願い致します。

【お問い合わせ】

社会福祉法人下関市民生事業助成会

なごみの里 担当：手島 佐仲

TEL 083-262-2111

FAX 083-262-2115

3/4(土)開催、なごみの里福祉セミナー 参加申込 締切 令和5年2月16日(木) FAX にてお願いします。

事業所	所在地
電話/FAX(必須)	メールアドレス
参加者名	