

～心の回復力を育ててみませんか～

レジリエンス研修

「つらいな」「困ったな」と感じる出来事に出会ったとき、皆さんはどのように気持ちを立て直していますか。レジリエンス(心の回復力)とは、困難やストレスによって心が落ち込んでも、しなやかに立ち直り、元の状態に戻る力のことです。この力は特別な人だけが持つものではなく、誰もが育てることができます。

本研修では、昨年度も好評をいただいた井上先生を講師にお迎えし、レジリエンスを高めるための考え方や実践のヒントを学びます。自分自身の心の健康を守りながら、利用者支援にも活かせる学びの機会です。

皆様のご参加をお待ちしております。

《講師》 井上 隆 氏

東京慈恵会医科大学非常勤講師

さいたま看護専門学校非常勤講師



《日 時》 令和 9 年 2 月 19 日 (金)

午後 2 時～午後 4 時 30 分

《場 所》 障害者支援センター松が丘園 3 階研修室

相模原市中央区松が丘 1-23-1

※駐車場には限りがございます。なるべく公共の交通機関でお越しください。

※淵野辺公園駐車場には駐車しないようお願いいたします。

参加費無料

《内 容》 レジリエンスについて(講義とグループワーク)

《対象者》

- ・相模原市内の障害福祉サービス事業所等の職員
- ・相模原市内在住で市外の障害福祉サービス事業所等の職員
- ・相模原市内在住もしくは在勤の障害児者に関わる関係者等

定員 35 名

先着順

《申込締切》 令和 9 年 2 月 16 日 (火)

下記の URL もしくは右記の二次元コードから、受付フォームにご入力ください。

<https://sagamihara-shafuku.online/study/forms/h1.html>



研修お申込みはこちら



福祉研修センター
ホームページはこちら

☆問い合わせ先☆

相模原市立障害者支援センター松が丘園

TEL:042-758-2121(ガイダンス後 2 番)

担当:加藤・天野

【主催】社会福祉法人相模原市社会福祉事業団