

令和6年度 ストレスマネジメント研修 開催要項

- 1 目的**

多様化したストレスに対応する「ストレスマネジメント」の重要性が叫ばれています。

本研修では、リーダー及び中堅職員が、普段からどのような意思疎通や言動を取るかを自己覚知し、把握することで、「ストレス予防」に努める契機となるよう進めてまいります。また、

 - ・ラインケアの基本を学び、その認識を高める
 - ・エゴグラムやフォローシップを学習し、コミュニケーション能力を高める
 - ・パーソナルチェック表の作成を通して、部下や後輩とのコミュニケーションを深めることで、ストレスマネジメントの意義や、個々の職場において部下・後輩のストレス状況を把握する視点を学び、職員の定着や働きやすい職場環境の整備等を促進することを目的としています。
- 2 主催**

社会福祉法人石川県社会福祉協議会 福祉総合研修センター
- 3 期日**

令和6年12月12日(木) 9時50分～16時
- 4 会場**

金沢勤労者プラザ 304・305研修室(金沢市北安江3-2-20)
研修会場の金沢勤労者プラザには有料駐車場があります。
※金沢勤労者プラザをご利用の方は最初の1時間無料になりますので、研修会場に駐車券をお持ちください。
※手続きをすると1時間100円でご利用いただくことができます。
- 5 参加費**

無料
- 6 対象**

県内福祉施設中堅職員・指導的職員 30名
※お申し込み多数の場合は、同事業所より1名とさせていただきます。また、受講希望者が定員を超過した場合、申込期間中であっても受付を締め切ることがあります。
- 7 講師**

株式会社エイデル研究所 人材育成支援部
チーフコーディネーター 増田 直哉 氏
大学院終了後、社会福祉法人において、高齢者福祉施設での介護業務、相談援助業務に従事。その後、社会福祉士養成校に入職し、相談援助、現場実習、国家試験受験に関する指導等を行う。エイデル研究所入社後は、主として研修業務に取り組む。
階層別研修(新人・中堅・リーダー・管理職)／OJT研修／コミュニケーション研修／面談者研修／民生委員研修／問題解決研修／アンガーマネジメント研修／介護記録の書き方研修／理念浸透・理念構築研修／キャリアパス構築研修／スーパービジョン研修他実績多数。

8 日程
(予定)

9:50～	オリエンテーション
10:00～	講師挨拶・アイスブレイク [講義・演習]ストレスについて学ぶ <ul style="list-style-type: none"> - ストレスに関する基礎知識 - 現状を診断する - 心理的防衛機制 - 認知行動療法の考え方 [講義・演習]ストレスへの対処方法を学ぶ <ul style="list-style-type: none"> - ストレスコーピング - ラインケアに関する基礎知識 - パーソナルチェック表の作成
12:00～	昼食
13:00～	[講義・演習]普段の自分自身について自己覚知する <ul style="list-style-type: none"> - エゴグラムの作成 - 自身のエゴグラムに関する分析
14:30～	[講義・演習]指導職・中堅職員の役割 <ul style="list-style-type: none"> - フォロワーシップの考え方 - フォロワーシップに必要なコミュニケーションスキル
16:00	終了 ※適宜休憩が入ります。

9 申込み

石川県社会福祉協議会ホームページよりお申し込みください。

申込期間 10月23日(水)～11月5日(火)

※ 原則1事業所お一人とさせていただきます。

ホームページからの申込手順

(1) 石川県社会福祉協議会サイト(URL:<http://www.isk-shakyo.or.jp/>)の上部メニュー福祉の研修をクリックしてください。

(2) 表示されている「研修新着情報」の一覧から受講希望の研修名をクリックすると、画面の下方に「検索結果」が表示されます。

(3) 希望の研修であることを確認のうえ、右欄に要綱と申込がありますが、この申込をクリックすると「研修申し込み」画面に変わります。

(4) 必要事項を入力(※マークは必須項目)した後、申込確認画面へで内容を確認し、申し込むをクリックして、申込完了です。

(5) 申し込まれた方にはすぐに「受付確認書」がメールで送信されます。もし、このメールが届かない場合にはメールアドレスが正しく入力されていない可能性がありますので、福祉総合研修センターまでご連絡ください。なお、「受付確認書」は受講を承認するものではありません。後日、受講いただける方には「受講選考結果」がメールで送信されます。

10 承認

定員の範囲で受講者を承認し、11月12日(火)頃に研修申込書に記載のメールアドレスに通知します。送信予定日を過ぎても通知が来ない場合は、福祉総合研修センターあてにご連絡ください。

11 昼食

各自でご用意願います。

12 個人情報の取り扱い

本研修で知りえた個人情報については、本研修の運営に係る目的のみに使用し、他の目的には使用いたしません。

13 問合せ先

石川県社会福祉協議会 福祉総合研修センター 担当:高島(たかはた)
〒920-0022金沢市北安江3-2-20 金沢勤労者プラザ4階
TEL 076-221-1833 FAX 076-221-1834