

令和3年度

ストレスマネジメント研修（管理職員コース）

～職員と自身を守る管理職のためのラインケアとセルフケアを身につける～

開催要綱

1 目的

福祉の仕事は対人援助が基本であり、夜勤や変則勤務等で心身の生体リズムを崩しやすい環境にあります。そのような環境が引き起こすストレスは、職員のバーンアウト（燃え尽き症候群）や離職、虐待につながるリスクが高くなり、未然に防止することが各施設・事業所には求められています。

本研修は、メンタル不調による休職者や離職者が増加する中、職員や自分自身が生き活きと働ける職場環境づくりのために、管理職が知っておくべきストレスマネジメントの基礎知識やメンタルケアに関する知識と技術について学ぶことを目的として実施します。

2 主催

社会福祉法人 福岡県社会福祉協議会

3 期日

令和3年7月9日（金）

4 研修方法

Web会議システム「Zoom」を使用したオンライン研修

5 対象者

社会福祉施設・事業所及び社会福祉協議会の管理職員（施設長・管理者を含む）

6 定員

90名

※ 定員に達し次第、締め切らせていただきますので、あらかじめ御了承ください。

※ 定員超過等で受講をお断りする場合のみ、その旨本会から御連絡します。

7 受講料

5,000円

※後日メールでお送りする「受講決定通知」に記載の振込口座あて指定期日までに事前納入してください。

8 日程

9:30	10:00	12:00	13:00	16:00	
受付	開会	講義・演習	昼食 休憩	講義・演習	閉会

9:50

9 内 容

内 容	
1	メンタルヘルスを取り巻く現状
2	社会情勢の変化を理解する
3	ストレスの基礎知識
4	陥りがちな悪循環 ・労働力不足のバッドサイクル ・悪循環を断ちきる方法
5	ストレスチェック制度について
6	セルフケアとラインケア ・自分でできるストレスマネジメント ・事業所における労働者の心の健康づくりのための指針（4つのケア） ・ラインケアに関連する法律
7	生き生き職場の条件
8	組織の成功循環モデル
9	管理者が身につけたい関わり方の基本 ・非言語に気をつける ・否定の言葉を封印する ・発言直後の感謝の言葉を伝える ・本能欲求を満たす「承認」 ・「傾聴スキル」でコミュニケーション上手になる ・多様性を理解する

10 講 師

NPO法人ヘルスコーチ・ジャパン

代表理事 最上 輝未子 氏

[プロフィール]

最上氏は、九大薬学部卒業後、薬剤師として病院勤務を経て、現在は国際コーチング連盟プロフェッショナル認定コーチとして全国的に活動している。2006年に九大大学院医学系学府・医療経営管理学専攻課程を修了し、医学経営・管理学修士を取得、専門家としてメンタルヘルス・マネジメント分野や人材育成のコーチを得意としており、福祉施設、医療施設や企業向けなど多岐に渡り講師の実績を踏まえ、御活躍されています。

11 研修実施方法について

Web会議システム「Zoom」を使用してオンライン研修で実施します。

(1) オンライン研修受講に必要な環境について

ア インターネット環境（通信料が発生します）

イ カメラ・マイクが使用可能な一人1台のPC環境

講師はパワーポイントを使用して研修を進めるため、画面サイズが小さい端末（スマートフォン等）での研修受講は控えてください。

ウ 受講者が安心して参加できる環境

周囲に他の職員等がいる場所での受講は避けていただき、会議室等の個室での受講をお願いいたします。

(2) オンライン研修の接続方法等について

ア 研修会の数日前に事業者あてにIDとパスワード、当日資料を事前課題提出済みの受講決定者に郵送します。

※研修会前に事前に当日を想定した全体での接続テストを行います。日時等は改めて御連絡します。

イ 研修会当日のZOOMの操作説明は行いませんので、事前に御確認ください。

【参考：ZOOMヘルプセンター <http://support.zoom.us/hc/jp>】

ウ 研修の途中でWEB環境が不安定となった場合、映像や音声途切れてしまう可能性があります。以下のURLから接続テストを行い、接続環境を確認できます。【参考：ZOOMテスト <http://zoom.us/test>】

12 申込方法

本会では、各社会福祉施設・事業所における研修申込の利便性の向上を目的として、Webによる受講申込を推進しています。

(1) Web申込の場合

本会福祉・介護研修センターホームページの「研修管理システムログイン」から各施設・事業所に発行されている事業所コード・パスワードでログインし、受講申込ができます。

【事業所登録がお済みでない施設・事業所】

本会福祉・介護研修センターホームページの「研修管理システムログイン」から事業所登録をお願いします。事業所コード及びパスワード設定通知は数日内に発行されます。

(2) メール申込の場合

(1) のシステムを利用されない場合は、別紙「オンライン用受講申込書（エクセルファイル）」に必要事項を入力の上、下記事務局までメールを送信してください。

お送りいただいたメールアドレス先に、決定通知等を後日送信します。

※様式は本会福祉・介護研修センター ホームページからダウンロードできます。

メールアドレス kenshu@fuku-shakyo.jp
--

13 申込締切

令和3年6月17日（木）

14 個人情報の取扱いについて

「受講申込書」に記載された個人情報は、本研修の運営管理の目的にのみ利用させていただきます。

15 その他

研修を欠席される場合は、事前に事務局まで御連絡をお願いします。

16 事務局

社会福祉法人 福岡県社会福祉協議会 福祉・介護研修センター 担当 鳥居、本川
〒816-0804 春日市原町3-1-7 クローバープラザ 東棟4階
TEL 092-584-3401 FAX 092-584-3402