

受講料
無料!

◆◆ ご来場と後日WEB配信選べます! ◆◆

職場のメンタルヘルス

心の疲れのサインに気づく～ストレスを見逃さない～

「今」、あなたは心身健康ですか。

疲労困憊を感じたら、どのようなストレス発散方法をしていますか。

人は悩みや不安があるかないかではなく、「ふつう」か「ふつうでない」かによって、正常か異常かを判断しようとしています。心理的社会的ストレスは脳に及ぼす影響が注目されます。「うつ病」は脳の病気です。誰でも体験する可能性があります。

自分の能力を知り、生きていくうえでストレスに対処でき、心身の余裕をもち、ストレスから「脳」を守る方法を見つけましょう。

☆こころのリハビリテーションの流れ
テストチェックを実施予定!!

- ・セルフイメージテスト
- ・うつ性尺度チェック

【日 時】 ◆ご来場◆ 令和4年8月25日（木）

【受付】12:30～ 【講演】13:00～16:00

◆WEB配信◆ 令和4年9月6日（火）10:00から
令和4年9月7日（水）16:00まで

【会 場】 山口県教育会館 5階 第1研修室
山口市大手町2-18

【定 員】 40名 ※一定の距離を保った配置にします。
(定員になり次第、締め切らせていただきます)



講 師 邑田 早苗 氏

介護労働安定センター山口支部
ヘルスカウンセラー委嘱

山口県立防府高校衛生看護専攻科 非常勤講師他

WEB配信でのご参加の方へ
ホームページからお申し込みください。

＜ 8月25日の録画動画を配信します。＞

- ・お一人様、1アドレスの配信となりますので、複数でのご視聴はご遠慮ください。
- ・Zoomとほぼ同様の機能を有する無料配信サービス（Cisco Webex）で配信します。ダウンロードの必要はありません。
- ・「受講決定通知」メールにその後の手順をお知らせいたします。
- ・ご参加にあたり、裏面の「WEB配信の注意事項」を必ずご確認のうえ、お申し込みください。

- 当日ご自宅で、検温をお願いします。発熱や体調不良等の症状がある方は、参加をお控えください。
- ご参加の際は感染症予防対策（マスクの着用など）にご協力をお願いいたします。
- 会場では、間隔を取って着席をお願いし、定期的に窓を開け、換気を行います。
- 入場の際には、講習会場等のアルコール消毒液をご利用ください。



公益財団法人 介護労働安定センター山口支部

〒753-0824 山口市穂積町1-2 リバースト山陽Ⅱ2F

T E L: 083-920-0926 FAX: 083-920-0930

URL: www.kaigo-center.or.jp 担当: 長岡・村橋



FAX

083-920-0930

令和4年度 山口県委託事業 地域医療介護総合確保基金事業

第1回雇用管理セミナー「職場のメンタルヘルス」

(ご来場専用申込書)【令和4年8月25日(木)】

受講者	役職	受講者氏名	
法人名	事業所名		
住所	〒		
連絡先	TEL:		FAX:

*当センターのプライバシーポリシーに基づき申込書等の内容は厳重に管理し、ご本人の了解なしに第三者へ提供されることはありません。

受講申込みの流れ

※【ご来場】

【手順1】受講申込書の送付 受講申込書に記入のうえFAXしてください(郵送、電子メールでの添付も可)。

【手順2】受講申込みの完了&受講の決定

ご来場の方には開催日の1週間前までに「受講票」をFAXにてお送りしますので、ご確認ください。

※【Web配信】Web配信ご希望の方はホームページよりお申込みください。URL: www.kaigo-center.or.jp
後日、視聴用URLをお送りしますので、必ず当日視聴されるアドレスからお申し込みをお願いします。

以下の事項をご確認のうえ、お申込みください。

介護労働安定センター山口支部

検索

■注意事項

- ・ZOOMとほぼ同様の機能を有する無料配信サービス(Cisco Webex)で後日配信します。(※同時生配信ではありません。)
- ・Webご視聴には、インターネット環境、パソコン(カメラ不要)、スピーカー(パソコン内蔵可)をご用意ください。
- ・スマートフォンでの視聴の場合は、パケット通信料定額制に加入されていない場合は、特にご注意ください。
- ・Webセミナーの受講に際し、インターネット・利用環境等についてのご質問はお受けできかねますので、予めご了承ください。
- ・Webセミナー視聴の際、PCウイルス感染した場合、当センターで責任は負いかねますので、視聴する端末等のセキュリティ対策は受講者様で行なっていただきますようお願いいたします。
- ・Webセミナーの受講に際し、配信日1週間前までに、「受講決定通知」メールに、その後の手順をお知らせいたします。

■禁止事項

- ・視聴用URLとパスワード等の第三者への転用、貸与。
- ・録画、録音、撮影、スクリーンショットやダウンロード、SNS上への掲載、資料の無断複写や転用、転載等。
- ・本Webセミナーにおける著作権を侵害する行為。

【お問合せ先】 公益財団法人 介護労働安定センター山口支部

〒753-0824 山口市穂積町1-2 旧「サト」山陽Ⅱ2F

TEL:083-920-0926 FAX:083-920-0930

URL: www.kaigo-center.or.jp 担当 長岡・村橋