

令和8年度 山梨県3年目介護職員研修会

気づく・話す・つながる・3年目のあなたを支えるまなび

日時 : 令和8年7月10日(金) 13:00~16:00 (受付12:30~)

会場 : 山梨県立青少年センター別館 2F 多目的ホール
住所: 山梨県甲府市川田町517 (裏面に地図)

対象 : 採用3年目となる介護職員の皆様 (中途採用や外国籍の皆様も大歓迎)

第一部 講演 13:00 ~ 14:45

講演テーマ「介護従事者の心を守る実践的ケア」

人を支える仕事をしている人ほど、自分の感情を後回しにしがちです。心の疲れに気づく力を育て、無理なく続けられる日々のセルフケアを、実践的なワークを通して学びます。

研修内容

- ・感情労働の負担とバーンアウト
- ・現場ですぐに使えるメンタルケア
- ・人間関係で心をすり減らさないために苦手な人とのかわり方
- ・今日からできるセルフケア習慣
- ・心が折れないための実践のヒント



講師: 介護者メンタルケア協会
代表 橋中 今日子 氏

・心理カウンセラー・理学療法士・公認心理士・メンタルコーチ
病院勤務でのリハビリ職14年のキャリアと同時に、家族3人を21年間介護で支えたという、専門職と当事者双方の深い経験を持つ。介護うつを乗り越え心理学を学び、その知見を活かし、2015年に「介護者メンタルケア協会」を設立。現在は、企業や介護・医療現場のメンタルサポート活動を多角的に展開している。

第二部 意見交換会 15:00 ~ 16:00

~悩み・不安・目標などを同期の仲間や先輩職員と話してみませんか?~

介護に関する悩みや課題について、意見交換や情報共有の場としてご活用ください!

この先もやって
いけるか不安..

思っていた感じと
違ったかも..

利用者さんのために
もっとこうやって
みたい!



同封の参加申込書に記載の上、6月23日(火)までにFAXにてお申し込みください。
申込者多数の場合は、参加者の調整をさせていただく場合がございます。

お問合せ・お申込み先: (公財) 介護労働安定センター山梨支部

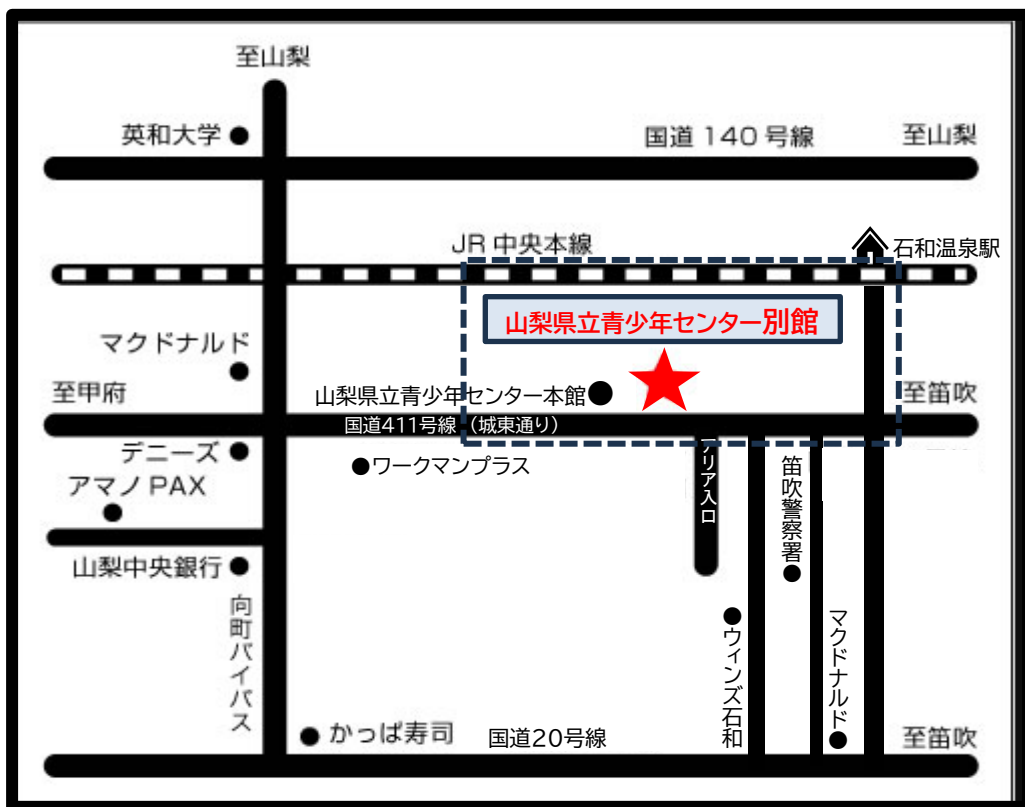
TEL 055-255-6355 FAX 055-255-6356

主催 山梨県 介護の魅力発信プロジェクト実行委員会

会場略図

会場へのアクセスは、下記の地図をご参照ください。

***会場は本館ではなく別館です。お間違えのないようお越しください**



★ 青少年センター別館 拡大図

会場は2階です



所在地: 山梨県甲府市川田町517

■お車でお越しの場合

敷地内の無料駐車場をご利用ください。

■電車でお越しの場合

・JR中央線石和温泉駅から徒歩で約16分

■バスでお越しの場合

・山梨県青少年センターバス停から徒歩で約2分