

令和5年度

この研修は、きょうと福祉人材育成
認証制度の 支援メニューです



メンタルヘルス&アンガーマネジメント研修

「心が折れる前にできること、 感情をコントロールしよう！」



全職員対象研修

※7月28日（金）に開催されたメンタルヘルス&アンガーマネジメント研修と
内容が重複するところがあります。

京都府社会福祉協議会は、つながりをいかして、だれもが尊厳をもって生きることができる社会もしくは社会をつくることを目指しています。このため、福祉の専門職としての人材育成と、働きがいと魅力のある福祉職場づくりを支援しています。

1. 開催のねらい

各々の心の安定を図ることは、対人援助職である福祉職において、とても大事なファクターの一つです。自分自身を知りストレスとは何なのかを知り、ストレスマネジメントを適切に行うことは、サービスの質の向上にもつながります。併せてアンガーマネジメントの視点からも自分自身の内面を知り、怒りの感情と上手に付き合っていく方法を学んでいただくことを目的に開催いたします。

心が折れる前にできること、怒りを無秩序に放出してしまう前にできること、そのヒントが必ず見つかると思います。

2. 主 催 社会福祉法人京都府社会福祉協議会

3. 受 講 対 象 社会福祉施設職員・市町村社会福祉協議会職員

4. 開 催 日 程

日 時		実施会場	定員	申込〆切
11月20日（月）	10:20～16:30	ハートピア京都 3階 大会議室	80名	10月13日（金）

5. プログラム ※内容は変更することがあります。

	内容
10:20～10:30	開会挨拶・オリエンテーション
10:30～16:30	【講義・演習】 セルフコントロールで感情と上手に付き合おう ・自分のストレスの傾向を知る ・メンタルヘルスの向上のためのセルフケア ・価値観（～は、こうあるべき）の違いから生まれる対立の場面でのコミュニケーション方法 等 ※途中1時間の昼食休憩や小休憩を含みます。

6. 受講料

会員・非会員の区分	受講料
京都府社会福祉協議会 会員 施設・事業所職員	受講者 1 名につき 5,000 円（資料代を含む）
京都府社会福祉協議会 非会員施設・事業所職員	受講者 1 名につき 10,000 円（資料代を含む）

※京都府社会福祉協議会の会員加入の方法については（０７５）２５２－６２９１までお問い合わせください。

※京都府社会福祉協議会賛助会員は非会員価格となりますのでご注意ください。

受講料は、受講決定通知書に同封する「ゆうちょ銀行・払込取扱票」により１１月１０日（金）までにお支払いください。払込手数料は御負担願います。なお、受講の事前取消し、当日の欠席の場合でも、受講料はお返しいたしませんので予め御了承願います。

7. 講師



足立 明美 氏 一般社団法人 KYOEN

株式会社資生堂にて 25 年勤務。2007 年、研修講師、キャリアアドバイザーとしての活動を本格化。交流分析、NLP コーチングをはじめ、各種心理学を学び、管理職としての経験を活かし管理職のためのコミュニケーションや、コーチング、キャリア開発等の研修を展開。医療・介護施設において「職員が働きやすい職場環境、いきいきした組織づくり」提案。「ストレスマネジメント」「メンタルヘルスマネジメント」「ハラスメント対策」の研修を多数実施。



影山 恭子 氏 一般社団法人 KYOEN

29 年間、株式会社大丸松坂屋百貨店に勤務。教育担当のリーダー、管理職、また中国・上海でのコンサルティング業務など幅広い教育現場での経験を活かし、2020 年より研修講師として独立、活動を展開。民間企業、官公庁・地方公共団体と研修先は幅広く、長年の育成現場で培った受講者の感性に響く指導を強みとする。研修テーマは、「接遇・ビジネスマナー」から、「クレーム対応」「メンタルヘルス」「コミュニケーション」「外国人スタッフ育成」など、数多くの研修を実施。

8. 参加申し込みについて

（１）参加申込について

令和5年10月13日（金）17：00までに、京都府社協HPに記載の申込

URL <https://forms.gle/MkMomD3quVGWPPpJ9>

もしくは右記二次元コードにてお申し込みください。インターネット申込が難しい場合には、京都府福祉人材・研修センターまで御連絡ください。



申込完了後、入力メールアドレス宛に自動返信メールが送信されますので受信の確認をお願いいたします。

自動返信メールが届かない場合は必ず京都府福祉人材・研修センターまで御連絡ください。申し込みに関するトラブルが生じた場合、自動返信メールを保管されている方のみ対応いたしますので御注意ください。

（２）参加申込フォームには記載漏れ、誤字・脱字のないよう全ての項目を入力してください。

「事業所について」①メールアドレス②法人格③法人名④事業所名⑤担当者氏名⑥郵便番号⑦住所⑧電話番号⑨FAX番号⑩事業種別（高齢・障害・児童・社協・市町村・その他）きょうと福祉人材育成認証制度（認証団体・宣言団体・未宣言団体）⑪会員区分

「参加申込者について」①受講希望者氏名②氏名ふりがな③受講生用メールアドレス④役職名⑤事前課題⑥講師の方への事前質問（メンタルヘルスケアやアンガーマネジメントについて困っていること、知りたいこと等）

（３）受講の可否については、１０月末頃に事業所あてに御案内します。

※１０月末までに届かない場合は、京都府福祉人材研修センター研修課まで御連絡ください。

（４）個人情報の取扱いについて

お申込みされた個人情報は、当研修の適正かつ円滑な実施の目的のみに利用させていただきます。

（５）コロナウィルス感染防止の対応について

５類感染症への変更に伴い、政策・措置について見直しが行われたところですが、社会福祉サービスの支援者である皆様へは、他の受講生、事業所内の利用者さんへの感染防止のため引き続きお願いすることとしました。詳しくは決定通知発送の際に同封する「受講生のみなさまへのお願い」を参照してください。

（６）写真・動画の撮影について

本会の広報活動の一環として、ツイッターやInstagramなどのSNSを運用しています。本研修についても写真や動画を撮影し、それらをSNSで公開する場合があります。写真や動画の撮影に同意されない場合は、申込フォームの該当欄に☒をお入れください。おひとりでも承諾いただけない場合は、撮影を行いません。

9. 会場案内

ハートピア京都 3階大会議室	地 図
住 所：京都市中京区竹屋町通烏丸東入清水町 375 T E L：075-222-1777 ➢ 地下鉄烏丸線「丸太町駅」⑤番出口すぐ ➢ 駐車場はございません。公共交通機関を御利用ください。	

【実施機関】 京都府社会福祉協議会 京都府福祉人材・研修センター
研修課（担当：八木 mail:h-yagi@kyoshakyo.or.jp）

■ TEL:075-252-6296 FAX:075-252-6312

■ 〒604-0874 京都市中京区竹屋町通烏丸東入清水町 375 ハートピア京都地下1階