

「看護職のためのメンタルヘルス研修」開催要項

1. ね ら い：看護職はコミュニケーションが大変必要となる職業である。日々の仕事の中から発生する特有のストレスは、仕事内容による緊張感、チーム医療に関すること、労働環境に関すること、患者・患者家族との関係に関することなど様々なものが指摘されている。その中で、自身の感情を上手くコントロールすることが出来ず、メンタルに不調をきたし仕事が出来なくなる職員も増えている。臨床動作法を学ぶことで、人の動作をよりよい方向に改善することでこころの働きを改善していくことを目指す。緊張しそうな時、身体の力を抜くことによって緊張を防ぎ、ストレスを溜めないように訓練する。
2. 主 催：公益社団法人 奈良県看護協会 奈良県ナースセンター
3. 研 修 会 場：奈良県看護研修センター 3階大研修室
4. 開 催 日 時：平成30年8月16日（木） 9:30～16:00 （9:00 受付開始）
5. 受 講 対 象：看護職（日頃より指導的立場にある者）
6. 定 員：80名（先着順）
7. 研 修 内 容 及 び 講 師：
「こころとからだを上手にコントロールする ー臨床動作法の視点を学ぶー」
高野山大学文学部人間学科 准教授
森崎 雅好 先生
8. 受 講 料：無料
9. 申 込 方 法：受講申込書(別紙1)に必要事項を記入の上、平成30年7月20日(金)までに、FAX(0744-24-7703)にてお申込みください。
10. 結 果 通 知：先着順にて、順次結果通知書(受講申込書(別紙1))をFAXにて返信いたします。
11. 申 込 み ・ 問 合 せ 先：公益社団法人 奈良県看護協会
奈良県ナースセンター
担当者：堂ノ本、小田
電 話：0744-25-4031
F A X：0744-24-7703

看護職のための メンタルヘルス研修



医療の現場は、仕事内容による緊張感、チーム医療に関すること、労働環境に関すること、患者・患者家族との関係に関することなど様々なストレス要因があります。

動作を訓練によってよりよい方向に改善することで、こころの働きを改善することができます。

緊張からくるストレスを防ぐことができるとともに、ストレスマネジメントやうつ状態の改善に効果のある動作法を学び、心身共にリフレッシュしましょう。

	研修内容	講師
9:30～ 12:00	臨床動作法について 腰と首を緩める体験	高野山大学文学部人間学科 准教授 森崎 雅好 先生
13:00 ～ 15:30	躯幹を緩める体験 臨床動作法とスピリチュアルケア ーいのちと動作ー	
15:30 ～	本日の研修をふまえてこれからの看護職に 望むこと	

身体を動かしやすい服装でご参加ください。

日時

平成 30 年 8 月 16 日（木） 9:30～16:00

（9:00 受付開始）

場所

奈良県看護研修センター 3階大研修室

受講料

無料

対象

看護職 80 名 （日頃より指導に携わっている者）



公益社団法人 奈良県看護協会

奈良県ナースセンター

担当者：堂ノ本、小田

電話：0744-25-4031

FAX：0744-24-7703

「看護職のためのメンタルヘルス研修」
「こころとからだを上手にコントロールする ー臨床動作法の視点を学ぶー」
受講申込書

下記のとおり、受講を申し込みます。

申込日	平成 年 月 日		
施設名			
代表者	氏名		
	部署・役職名		
電話番号		FAX番号	

受講申込者

No.	氏名	役職名	職種
1			
2			
3			
4			
5			

枠が不足の場合は、コピーをしてお使い下さい。

..... 下記には記入しないで下さい。

申込締切は
7月20日(金)
 です

受理日時	平成 年 月 日
受講申込を受理いたしました。 8月16日(木)は、 9時00分 から受付をいたします。	
奈良県ナースセンター 担当者	

公益社団法人 奈良県看護協会 奈良県ナースセンター

〒634-0813 奈良県橿原市四条町 288-8 奈良県看護研修センター内

電話番号: 0744-25-4031 **FAX: 0744-24-7703**