



# 専門職のためのストレスマネジメントワークショップ（ご案内）

盛夏の候、会員みなさまには、ますますご清祥のこととお喜び申し上げます。

今回のワークショップは、日ごろ仕事につかれておられる方にぜひお勧めします。

「福祉専門職のためのストレスマネジメントワークショップ」です。

あなたは気付かないうちに、しごとや生活で無理をしていませんか？また、病気ではないのに、からだやこころに倦怠感を感じていませんか？

まずは、ご自身のストレスについて、ストレスサーが何であるか振り返ってみましょう。

そしてうまくストレスを解消する方法を考えてみましょう。

今回は、**関西学院大学人間福祉学部社会福祉学科准教授 池埜 聡准教授**をお迎えして、講義と演習によるワークショップを開催します。ストレスを感じている方やもっとイキイキと生きたいと思っている方には是非おすすめです。お気軽にご参加ください。

## 記

1. 日 時 平成21年11月29日（日） 午前10時～午後12時30分
2. 会 場 兵庫県社会福祉士会 事務所（4階会議室）  
（神戸市中央区小野柄通5-1-5永原ビル 4B会議室）
3. 募集人数 30名程度（先着順にて受付。申込多数の場合、お断りする場合があります。）
4. 参加費 会員2,000円（非会員3,000円）
5. 研修単位 2単位（共通研修）
6. 進 行 9:30 集合・受付  
10:00 ストレスマネジメントのためのワークショップ（途中休憩あり）  
12:30 終了
7. 申込先 兵庫県社会福祉士会事務局まで別紙を**11月13日（金）までにメール、またはFAX（事務局）にて**申込してください。  
※今回は、受講決定書等の送付は行いません。申込されましたら、そのまま受講してください。なお、定員を超え参加できない場合は、当方より連絡いたします。  
兵庫県社会福祉士会 事務局（担当：中屋）  
〒651-0088 神戸市中央区小野柄通5-1-5 永原ビル5B  
TEL 078-265-1330 / FAX 078-265-1340  
Mail : nakaya@hacsw.org
8. 当日緊急連絡先 研修委員長 唐津 史朗（090）8524-6098

# 兵庫県社会福祉士会

社団法人日本社会福祉士会兵庫県支部

## 専門職のためのストレスマネジメント

### ワークショップ参加申込書

私は下記の通り、研修会に申し込みたいです。

お名前 (ふりがな)	
ご住所	〒
会員 NO.	
ご連絡先	TEL (自宅・職場・携帯) FAX Email
職場名	
参加申込 該当に○印を 記入	① ストレスマネジメントワークショップ (会員 2000円・非会員 3000円)
備考	



永原ビル (4階)