

令和 5 年 7 月吉日

一般社団法人東京都老人保健施設協会  
看護・介護部会 会員各位

一般社団法人東京都老人保健施設協会  
看護・介護部会長 中本 譲

## ストレス・マネジメント ～職場のストレスと上手く向き合う為に～

小暑の折、皆様におかれましては、ますますご健勝のこととお喜び申し上げます。

今回はストレス・マネジメントについて研修会を行います。

看護・介護の現場では、依然職員の離職率も高く、その原因に対人関係によるものや、コロナ禍におけるクラスターの発生による身体的・心理的なストレスにより職場を離れていくケースも少なくありません。今回は現場で受ける様々なストレスとどのように向き合い、自分自身で上手くコントロールしていくかを知る良い機会になればと思っております。指導者側も新人職員も今回の講義および、グループワーク研修を通して、ストレスをコントロールできる知識を養って頂けたらと思います。この機会ご興味がありましたら、ぜひご参加いただければと思います。

### 記

日 時：令和 5 年 8 月 3 日 (木) 15:00～17:00 頃

場 所：東京都医師会館 5階会議室

(JR 御茶ノ水駅から徒歩 2 分 千代田区神田駿河台 2-5)

対 象：介護・看護職職員等 (東京都老人保健施設協会の会員施設に従事している方)

講 師：首都医校 新井 厚子 先生 (教育部／看護学部)

締 切：令和 5 年 7 月 28 日(金)まで

定 員：先着 60 名 (定員になり次第締切らせていただきます)

申 込：QR コードからお申込みいただけます。



「東京都老健協会ホームページ」の [研修会案内](#) からもお申込みいただけます。

以上

老健とうきょう TEL 03-6380-4351