

「忙しさに負けない！ 悩みも疲れも

スッキリ解消、魔法のストレスマネジメント術」

日 時：令和7年2月2日(日) 13:30~15:30 (受付：13時~)

場 所：神崎支庁舎 健康学習室

〒679-2414 神崎郡神河町栗賀町 630 TEL0790-32-2421

内 容：コロナ禍、5類になっても業務継続に不安や戸惑いを感じたり、ケースの悩み、もう一人の私がいてほしいと思うくらい抱え込み、しんどいと感じることはありませんか？「ストレスマネジメント」を学んで、元気に仕事に向き合っていきましょう。

講 師：いなまつ ゆか 先生

*研修単位カテゴリD申請中

*主任介護支援専門員受講証明書発行

参 加：定員30名(申込み先着順)

郡内ケアマネジャー、郡内の医療・介護事業者の皆様、県協会会員・非会員に関わらず、自由にご参加いただけます。

参加費：県協会会員 500円 非会員 1,000円



*会員の方は、兵庫県介護支援専門員協会会員証の提示をお願いします。

申込み：QRコードを読み込んで、Google フォームにて
申し込み下さい。

締め切り：1/25(土)

問い合わせ：うぐいす荘居宅介護支援事業所・小林裕美 (0790-32-2257)

主 催：一般社団法人兵庫県介護支援専門員協会 神崎郡支部

いなまつ ゆか 先生

経歴

1963年生まれ 関西大学法学部法律学科卒

心理スペース「ぼれぼれ」主宰(平成14年~)

兵庫県介護支援専門員協会 専門研修単位認定委員会(小委員会)委員

資格

全日本カウンセリング協議会 カウンセラー二級

兵庫県カウンセリング協会 カウンセラー二級

専門

心理・コミュニケーション・教育

