

無料
オンラインセミナー

若竹大寿会 公開セミナー

介護現場を科学する わかたけケアラボ主催



わかたけ

介護現場で知っておきたいメンタルヘルス

この度、精神科医であり当法人の産業医・施設往診医を務める橋本善太先生をお招きし、公開セミナーを開催いたします。介護の仕事は、対人援助という特性上、大きなやりがいがある一方で、精神的な負担やストレスを感じやすい場面も少なくありません。職員が心身ともに健康に、そして笑顔で働き続けるためには、ストレスの仕組みを正しく理解し、自分や周囲の「いつもと違う」というサインにいち早く気づくことが極めて重要です。

本セミナーでは、日々現場に寄り添う精神科医の視点から、メンタルヘルスとストレスの関係、今日から実践できるセルフケアの手法、そして一人で抱え込まないための相談のコツについて、分かりやすく解説いただきます。事前申し込みは不要ですので、どなたでもお気軽にご参加ください。

日時

2026年 6月30日(火)
16時00分～17時00分(質疑・応答含む)

講師

社会福祉法人若竹大寿会 産業医・施設往診医
わかたけクリニック

医師 橋本 善太 先生



内容

- ◇メンタルヘルスとストレスの仕組み
- ◇自分と周囲の「変化」に気づくポイント
- ◇今日からできるセルフケアと相談のコツ

司会

若竹大寿会 常務理事
医師 竹田 雄馬 先生

参加方法

当日は【マイク・ビデオオフ】でご参加ください。
<https://us02web.zoom.us/j/87162547327>
ミーティングID: 871 6254 7327

申込み

事前申込み不要
当日 上記 ZOOM 入口から直接ご参加ください。



お問合せ: 社会福祉法人若竹大寿会 代表電話045(548)9233

現場に役立つ専門知識を学ぶ公開講座(ケアラボセミナー)は毎月開催しています。
ご希望の方にはメールでお知らせいたしますので、その旨お知らせください。