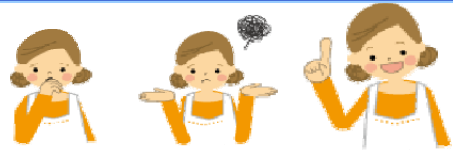


介護者のための 「こころ」と「からだ」のプチレッスン!

ストレスと上手に付き合おう!



職場での人間関係・仕事への不安など、仕事にストレスを感じて、介護の現場を離れることのないように、ストレスと上手に付き合っていく方法を実践的に学びます。心理学を専攻する講師による、明るく楽しく学びながら、対人関係に不安や悩みを抱えないようにするためのプチレッスンです。これから介護のお仕事を希望している人にもおススメ致します。

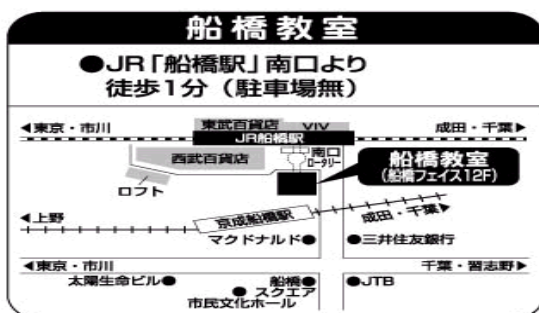
(内容)

- ①.からだのレッスン
 - ・挨拶、歩き方、話し方
 - ・緊張をほぐす為の身体トレーニング
- ②.こころのレッスン (1)
 - ・困難事例への具体的な対応方法を学ぶ
 - 事例 ⇒ ロールプレイング・グループワーク
- ③.こころのレッスン (2)
 - ・ストレスに強くなる工夫
 - 自己受容
 - 対人関係に不安や悩みを抱えない為には



会場名	日程	時間	受講料	担当講師
船橋教室	11月23日(水)	13:30~16:30	3600円 (税込)	伊藤 夕子
船橋教室	12月16日(金)	10:00~13:00	3600円 (税込)	

会場地図のご案内



申し込み・お問い合わせ先

ニチイ 船橋校

〒273-0005
船橋市本町1 3 1
船橋フェイスビル12F

TEL 047 411 0871
FAX 047 424 7134

担当 新井・杉田・岩松

介護者のための 介護技術Q&Aセミナー！

介護の不安・悩みを解消しよう！

介護技術の基礎を復習しながら、実際の介護現場に即した介護技術を実践的に学びます。介護従事者としての不安や悩みも一緒に考え、皆さんの声が課題となる、参加型のセミナーです。介護の仕事に慣れてきた、今だからこそ、ぶつかる壁があると思います。その思いを、このセミナーにぶつけてみませんか？

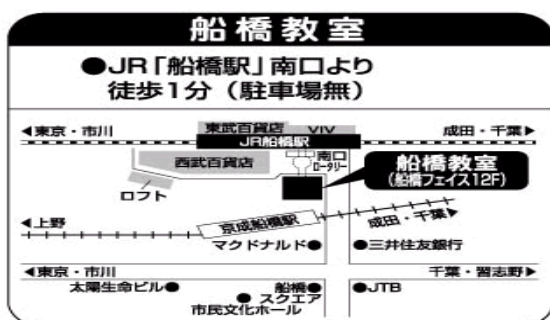
(内容)

- ①介護とは・・・
 - ・介護に従事して、今、考えること。
- ②起居動作
 - ・起き上がり動作、移乗動作、就寝動作、安楽な姿勢
- ③いろいろな介助ポイントについて
 - ・排泄・入浴・食事・清拭等について
- ④認知症の方とのコミュニケーションのとり方
- ⑤介護についてQ&A



会場名	日程	時間（お昼休憩1時間含む）	受講料	担当講師
船橋教室	11月30日（水）	10:00～17:00	5000円 （税込）	塩塚久美
船橋教室	12月8日（木）	10:00～17:00	5000円 （税込）	

会場地図のご案内



申し込み・お問い合わせ先

ニチイ 船橋校

〒273-0005
船橋市本町1 3 1
船橋フェイスビル12F

TEL 047 411 0871
FAX 047 424 7134

担当 新井・杉田・岩松