

ケアの仕事で 燃えつきないために

介護の現場で感じるやり場のない気持ち、どうしていますか？
利用者さんのために、自分のために、これからも無理せず健康に働けるように
メンタルケアの視点から学んでみませんか？
自分でできるストレスマネジメントのワークも体験してみましょう。

介護職
の方

参加費
無料

対象・定員：介護職の方 20人 参加費：無料
会場：東大阪市立男女共同参画センター・イコーラム 第1・第2研修室

2022年

9/7
(水)

① 午後2時～4時
介護の現場のメンタルヘルス
～ストレスとなる背景や原因とは～



9/21
(水)

② 午後2時～4時
ストレスをマネジメントするためのセルフケア
～ストレスに気づきケアする方法と考え方～

① 講師 **澤田有希子さん**

(関西学院大学人間福祉学部社会起業学学科准教授)

1976年大阪府生まれ。関西学院大学大学院総合政策研究科博士後期課程修了。大阪人間科学大学人間科学部助教、関西大学人間健康学部助教を経て、2016年より現職。博士（総合政策）。社会福祉士。専門社会調査士。著書は『クロスボーダーからみる共生と福祉』（共著、ミネルヴァ書房）、『現代人にとって健康とはなにか』（共著、書肆クラレ）、『ソーシャルワーク』（共著、弘文堂）など。
専門は、高齢者福祉、ジェンダー、介護人材育成。現在は、特に外国人介護職員に注目して、職務意識とソーシャルサポートの研究に取り組んでいる。社会活動として、神戸市、尼崎市、芦屋市、宝塚市、箕面市などにおいて、高齢者福祉に関わる計画策定委員や審査委員、男女共同参画審議会委員などを務める一方で、福祉専門職を対象とした援助技術研修なども行っている。

② 講師 **井上泰世さん**

(株式会社ナースハート代表取締役、シニア産業カウンセラー)

神戸大学経営学部卒業。サントリーにて勤務後、2003年コーチ、カウンセラーとして独立。2012年アンガーマネジメントの普及活動を開始。2016年株式会社ナースハート設立。
コーチング、カウンセリング、アサーティビネスをはじめとする各種コミュニケーション・スキルについてのトレーニングを豊富に積み重ね、病院や社会福祉法人はじめ、企業、商工会、大学などにて、コミュニケーション関連の研修を多数出講。受講者が自ら考え、「気づき」を起こす参加体験型の研修が好評を得ている。また、個人を対象としたパーソナル・コーチング、カウンセリングを行うほか、最近はアンガーマネジメントの専門家として、ハラスメント対策支援に関する研修およびコンサルティングの依頼が急増中。

〈おねがい〉

新型コロナウイルス感染予防のため、発熱や体調不良の場合はご来館をお控えください。受講時はマスクの着用・手指の消毒をお願いします。また、状況により延期・オンラインセミナーになる場合があります。随時イコーラムホームページにてお知らせいたしますので、ご確認くださいませますようお願いいたします。

主催：東大阪市立男女共同参画センター・イコーラム

(指定管理者：ドーン財団 (一般財団法人 大阪府男女共同参画推進財団))

令和4年度 支援職が元気になる講座

- 日時：令和4年9月7日(水)、21日(水)
いずれも午後2時～4時(全2回)
 - 会場：東大阪市立男女共同参画センター・イコーラム
第1・第2研修室
 - 対象・定員：市内在住・在勤(優先)の介護職に従事する方 20人
 - 参加費：無料
 - 一時保育：1歳半～就学前幼児 定員10人、各回ひとり200円
(各開催日の1週間前までに要申込)
- ※新型コロナウイルス感染拡大防止のため、利用できない場合があります。

- 申込方法：
電話またはイコーラムの窓口(申込時間は休館日を除く午前9時～午後9時30分)またはメール、FAX、イコーラムホームページの申込フォームに、講座名・住所・氏名・電話番号・メールアドレス、FAX番号、年代・参加動機・保育の有無(保育希望の子どもの方の氏名・生年月日)市外在住の方は在学・在勤をご記入の上、下記までお申込みください。
- 申込締切：8月31日(水) 必着
※申込多数の場合は抽選、2回参加の方優先
- 新型コロナウイルスの感染状況により延期・オンラインセミナーになる可能性があります。

★お申し込み・お問い合わせ★

〒578-0941 東大阪市岩田町4-3-22-600
東大阪市立男女共同参画センター・イコーラム

Tel 072-960-9201
Fax 072-960-9207

E-mail ikoramu@nifty.com
URL <https://www.ikoramu.com>

休館日：月曜日(祝日・振替休日の場合は開館し、翌平日に休館)
及び年末年始(12月29日から1月3日)



(近鉄奈良線 若江岩田駅前 希来里ビル施設棟6F)



持続可能な開発目標(SDGs)は、2015年の国連サミットで採択された17の国際社会共通目標(2030年まで)です。目標5は「ジェンダーの平等を達成し、すべての女性と女児のエンパワメントを図る」です。

支援職が元気になる講座 申込フォーム

東大阪市立男女共同参画センター・イコーラム 宛

ふりがな			
氏名	職業		歳代
	年代		
住所	東大阪市(在住 ・ 在勤 ・ 在学) ・ その他		
電話番号	(勤務先・自宅・携帯)	FAX	(勤務先・自宅)
E-mail	(勤務先・自宅・携帯)		
参加動機			
一時保育希望	有	(ふりがな)	お子様の生年月日
	無	(お子様のお名前)	
			年 月 日

★お申込みにあたってお預かりする個人情報は、本事業以外の目的で使用することはありません。

FAX 072-960-9207