

# 令和7年度 大阪府民間社会福祉事業従事者等資質向上研修に登壇

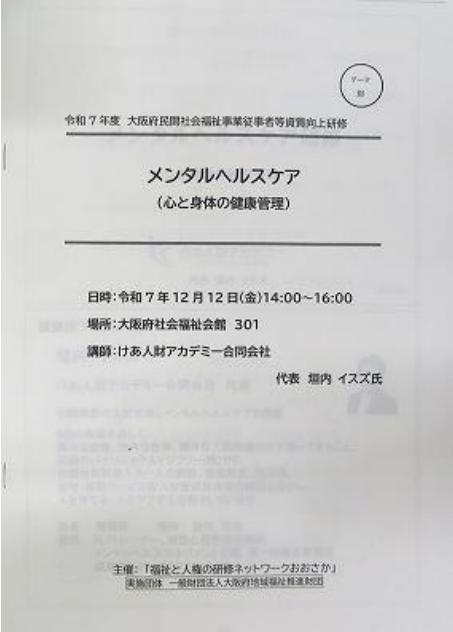
主催:「福祉と人権の研修ネットワークおおさか」 実施団体:一般財団法人大阪府地域福祉推進財団

2025年12月12日(金)14時~16時 大阪府社会福祉会館 受講者9名様

## 「メンタルヘルスケア (心と身体の健康管理)」

会場 大阪府社会福祉会館301

令和7年度大阪府委託民間事業者社会福祉研修



## テーマ

メンタルヘルスケア(心と身体の健康管理)

## 研修内容

1. メンタルヘルスケアの基礎知識
2. 自分を知り、他者を理解する
3. 思考と感情の関係
4. 怒りへの対処方法
5. ストレスへの対処方法
6. ストレスに強い体質作り

## 講師

けあ人財アカデミー合同会社

代表 堀内 イスズ

