令和８年度

障害者施設の心のケア研修会

職員が自身と同僚・後輩を支えるために

～メンタルヘルスとコミュニケーションの基本を学ぶ～

【Zoomによるオンライン研修会】

実　施　要　項（受講申込方法）

１.目　　的	福祉職場において適切な利用者サービスの提供を実現するためには、職員のメンタルヘルスの維持・向上を図り、人材定着・離職防止の課題解決に取り組むことが重要です。その基盤となるのは「働きやすい職場づくり」ではあるものの、職場環境の整備に苦慮している現状も伺えます。 そこで、本研修では、職員自身と同僚・部下のメンタル面の健康を保つためにできることについて、講義、セルフワーク、一部オンラインを通した双方向的なワーク（※）を通して学びます。 （「※」については「12.事前準備」をご参照ください）
２.主　　催	公益財団法人　日本障害者リハビリテーション協会 全国障害者総合福祉センター（戸山サンライズ） 登録番号:T1011105004999 〒162-0052　東京都新宿区戸山1-22-1 Tel　03-3204-3611　Fax　03-3232-3621
３.対 象 者	職名（役職・担当職）を問わず、各障害福祉サービス事業所の職員、その他障害者福祉に関わる方。（一部、施設長や管理職の方向けの内容が含まれますが、全体的には広く一般職員の方も受けていただけるような内容とします。）
４.開 催 日	**令和８年１１月２７日（金）**
５.開催方法	**Ｚｏｏｍによるオンライン研修会**
６.定　　員	１００名（先着順）
７.研 修 費	**７，０００円（内、消費税０円）**※消費税は第二種社会福祉事業につき非課税
８.ｶﾘｷｭﾗﾑ	別紙１のとおり
９.申込方法・申込〆切	**下記のＵＲＬまたは右のＱＲコードから申込フォームに入力し送信してください。** ＵＲＬ：https://sgfm.jp/f/f071ce933d077ce0ef726f5e971f62e7 （次ページに記載の確認事項をご確認いただき、お申込みください。） **令和８年１０月３０日（金）締切** ※締切日以降も定員に達していない場合がありますので、ご連絡ください。 **※戸山サンライズホームページ内の研修会ページからもお申込みいただけます。**
10.受講決定	**・申込フォーム入力送信完了後、返信メールにて受講の決定をお知らせいたします。** ・令和８年１１月２日(月)頃から、研修費の振込先などを記した事務連絡をメールにて送信いたします。 【以下の点についてご確認ください】 １１月４日(水)までに事務連絡メールが届いていない場合は、事務局までご連絡ください。 ※迷惑メールフォルダ内もあわせてご確認ください。 ※以降事務局からの連絡はメールにてお送りしますので、定期的にメールチェックをしてください。 ※お振込確認後１１月１９日(木)頃に研修会テキストを郵送し、研修会当日のZoom URLアドレスをメールにて送信します。

11. 修了証書	全課程修了者で、終了後のアンケートにご回答いただいた方には、後日修了証書を授与(郵送)します。

【確認事項】

受講申込にあたり、下記の項目についてご確認下さい

12. 事前準備	**①パソコン（マイク、カメラ付きが必須）** ※スマホ、タブレットでは Zoom の機能が不充分です。 ※受講者１名につき１端末（パソコン） ②Zoom（Web 会議ツール）が使用できるインターネット環境 ③Zoom アプリのインストール 戸山サンライズＨＰ内研修会ページに「Zoomの操作方法」を掲載しています。 ④スマートフォンまたはタブレット 「1. 目的」の「※一部オンラインを通した双方向的なワーク」については、スマートフォンまたはタブレットがあれば入力、回答できます。QR コードが読み取れるようにしておいてください。（ご不明な点はお問い合わせください。）
13. キャンセル	下記のＵＲＬまたは右のＱＲコードからキャンセル申請フォームに入力し送信してください。 URL: https://forms.gle/eAtEQeTfymotXFYL8 ※研修費振込済の方の返金は令和８年１２月下旬予定です。なお、１１月２４日(火)までのキャンセルは返金(振込手数料を引いた額)し、以降のキャンセル及び無断キャンセルは返金いたしかねます。 ※**戸山サンライズホームページ内の研修会ページ**にもリンクを設置しています。
14. 合理的配慮	本研修会を申し込む際の事務手続き等において、配慮が必要な場合は、受講者側で手話通訳者・介助者等をご手配ください。また、研修を受講する上での PC は受講者側でご準備ください。研修会期間（研修会開始から終了まで）における情報保障（手話通訳、要約筆記等）の配慮が必要な方は、１０月２７日（火）までに申込フォームの「受講時における合理的配慮について」の項に必要な配慮をお書きください。研修会期間のみ参加者全体に係る情報保障に関する費用は当センターが負担します（手話通訳者等の依頼は当センターで行います）。本協会が定めた「障害を理由とする差別の解消の推進に関する対応要領」に基づいた範囲で適切な合理的配慮の提供に努めます。
15. 注意事項	・諸事情により、当日不参加となった場合でも後日ビデオ配信、音声配信等の対応は致しかねますので、ご了承ください。 ・オンライン研修での Zoom の使用方法や操作方法につきましては、当センターではサポートできません。また、ご使用されているＰＣ等機器やインターネットの通信状況等により参加出来ない場合は、当センターでは責任を負いかねますのでご了承ください。 ・講義中は常時ビデオをＯＮでの受講をお願いします。 （休憩時は OFF にしていただいて結構です） ・配信講義・演習の録画、録音、静止画でのキャプチャ取得等は禁止します。 ・オンライン配信時はなるべく静かな環境で参加をお願いいたします。 ・業務等を行いながらの受講、屋外や乗車中・移動中の受講はご遠慮ください。 ・途中退席、欠席の無いようお願いいたします。 ・研修のカリキュラム内容・教材・配布資料の無断転用・複製を禁じます。

令和8年度 障害者施設の心のケア研修会

職員が自身と同僚・後輩を支えるために

～メンタルヘルスとコミュニケーションの基本を学ぶ～

講師：種市　康太郎　氏

（桜美林大学リベラルアーツ学群長　教授）

日　程　表

令和８年１１月２７日（金）

【Zoomによるオンライン研修】

講義時間	カリキュラム
9:20～9:50	※9:20からZoomのアクセスは可能
9:50～10:00	開会式・オリエンテーション
10:00～11:00 （60分）	**第1部　福祉職のストレスとメンタルヘルス** ・メンタルヘルスとは何か ・福祉・対人援助職に特徴的なストレス ・「人を支える仕事」で起こりやすい負担 ・メンタルヘルス不調のサイン ・ストレス反応とその仕組み ・自分のストレス状態を振り返るミニワーク
11:00～11:10	休 憩（10分）
11:10～12:10 （60分）	**第2部　自分自身を守るセルフケア** ・ストレスへの気づき ・ストレスコーピング ・コントロールできること／できないこと ・感情との付き合い方 ・アンガーマネジメント ・回復のための休養と切り替え
12:10～13:00	昼 休 憩（50分）
13:00～14:30 （90分）	**第3部　職員同士で支え合うコミュニケーション** ・「風通しの悪い職場」とはどのような職場か ・アサーティブ・コミュニケーション ・話を聴くときのポイント ・相手を責めずに伝える方法 ・困っている同僚への声のかけ方 ・メンタルヘルス不調のサインに気づいたとき
14:30～14:40	休 憩（10分）
14:40～16:10 （90分）	**第4部　風通しの良い職場をつくる** ・メンタルヘルス不調を防ぐ職場とは ・「相談しやすさ」と心理的安全性 ・日頃の声かけと情報共有 ・上司・管理職としてできること ・一般職としてできること ・組織として対応すべきことと個人で抱え込まないこと
16:10～16:15	アンケートのお願い・Zoom退出

※講義時間・カリキュラムは都合により変更となる場合があります。