

ストレスをどう捉える？
どう対処する？

福祉専門職のための

メンタルアップ講座

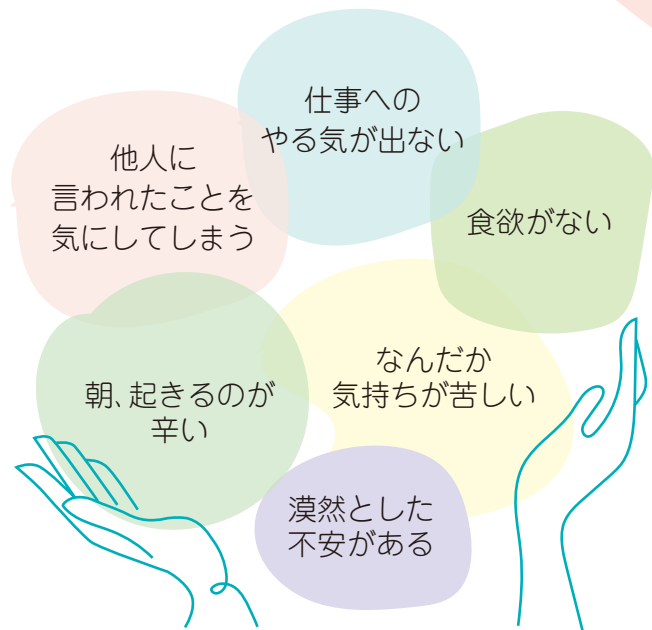
人を支援する職場の方 必見の講座です

福祉・介護業界にもIT化が求められていますが、しかしIT時代とはいえ、人間関係や対人援助関係は、人との濃密な関係の中で育まれるものですから、働く皆様は、職場内でも、対利用者でも、悩む場面が多いと思います。この講座は、新人の皆様、そしてベテランの皆様を対象に、心が風邪をひきそうになったときに、早めにリカバリーする方法や、日ごろの自分の心の労わり方を学べる講座です。是非ご参加ください。

定員30名

先着順

参加費無料



●日時

令和8年 **6月11日**(木)

14時00分～
16時00分

●講師

一般社団法人
日本メンタルアップ支援機構
代表理事

公認心理師 **大野 萌子 氏**



●会場

台東区立竜泉福祉センター
いきいきてらす 201研修室 ※裏面地図参照

●対象

台東区内の福祉現場、介護現場で働いている方
在住・在勤・在学の方

●お申込期間

令和8年5月5日(火)～6月5日(金)

※先着順です。定員になり次第〆切らせていただきます。

●お申込方法

ホームページから申込用紙をダウンロードしていただき、必要事項をご記入の上、メール添付、FAXまたは郵送でお申込ください。

後日、受講決定された方に「**受講決定通知書**」をお申込時にいただいたご住所に郵送いたします

◆録画配信予定について

後日、録画配信を予定しています。
ご希望の方はお問い合わせ下さい。



誰にでも起こりうることです。
一人で悩まず、
メカニズムを知ることから
始めませんか？



お問合せ

台東区竜泉福祉センター いきいきてらす 事業担当

TEL.03-6802-3014 FAX.03-6802-3013

受付時間：午前9時～午後5時（休館日を除く）

●休館日：毎月第1月曜日（該当日が祝日の場合、翌平日）

ホームページ <https://taitoswc.com>



会場：台東区立竜泉福祉センター「いきいきてらす」201研修室

〒110-0012 東京都台東区竜泉2-10-5

台東区循環バス めぐりん

- ◆北めぐりん（浅草回り）
 - 15 一葉記念館入口（いきいきてらす東）
- ◆北めぐりん（根岸回り）
 - 6 一葉記念館入口（いきいきてらす東）
 - 7 竜泉1丁目（いきいきてらす入口）
- ◆ぐるーりめぐりん
 - 5 一葉記念館（いきいきてらす東）

特別養護老人ホーム竜泉
りゅうせん地域包括支援センター



台東区立竜泉福祉センター
いきいきてらす

都バス

- 1 竜泉 草43、草63
- 2 下谷警察署前 都08（T08）
- 3 竜泉 都08（T08）
- 4 竜泉 草43、草63、
都08（T08）

最寄り駅からのアクセス

H20 東京メトロ
日比谷線 三ノ輪駅 下車
1b出口より徒歩10分

H19 東京メトロ
日比谷線 入谷駅 下車
3番・4番出口より徒歩10分