

令和元年 10 月 18 日

関係者各位

十勝障がい者就業・生活支援センターだいち
センター長 新明 雅之

第3回「企業で働く障がいをお持ちの方への定着支援研修会」のご案内

拝啓 秋冷の候、時下ますますご盛栄のこととお慶び申し上げます。日頃より当センターの活動にご理解ご協力いただき、心より御礼申し上げます。

当センターでは、企業で働く障がいをお持ちの方を会社の代表として研修に派遣していただき、ご本人のモチベーションに働きかけることや社内の人材育成を考えていく機会の一環となるよう、定期的に研修を開催しております。

働き続けるために、経験に応じて職場でのマナーやコミュニケーションスキル等を磨いていくことはもちろんのこと、健康的に心と身体を整えながら日々の生活を送っていくことも、併せて大切なことです。研修にご参加頂く方からのご意見や感想の中で、時に心と身体のコンドディションを整えることへの難しさを感じたり、実際に「ストレスの解消が上手くできていない」「ストレスについて学ぶ研修をしたい」という声を頂いている状況もあり、今回は『ストレス』をキーワードに研修を企画致しました。ストレスとは何かを知り、個々の状況について振り返る中で、自分なりの対処方法等も含めて考えていける機会になると考えております。

ご多忙の中とは存じますが、趣旨をご理解いただき、多くの皆さまにご参加いただけると幸いです。

敬具

第3回 企業で働く方への「定着支援研修会」のご案内

「ストレスと上手に向き合うために考えよう！！」

当センターでは、企業で働き続けるための「定着支援研修会」を企画し、皆さんの働くモチベーションや仕事に対する意識を高め、年間を通して様々な研修を開催しております。

今年度第3回目は、日常生活の中で多様に絡み合う『ストレス』について考える研修を行うことになりました。人それぞれストレスを感じる度合いや内容は異なるかと思いますが、上手に軽減したり解消していくことが出来ないと、気持ちが落ち込んでしまったり、体調を崩してしまうことにも繋がります。そのためその様なことが起きる前に対処できるよう、専門家の方をお招きし、ストレスについて学びたいと思います。また意見交換もしつつ、日々の生活を振り返っていく機会にもしていきたいと思っております。是非皆さんのご参加をお待ちしております。

【テーマ】 「 ストレスと上手に向き合うために考えよう！！ 」

【講師】 北海道十勝総合振興局保健環境部
保健行政室（北海道帯広保健所） 健康推進課
保健師 押切 風花 氏

【スケジュール】 15：20 保健師さんより講義

16：10 グループワーク

17：00 研修終了

※多少の前後がありますことをご了承下さい

【対象者】 企業にお勤めの方

【開催日】 令和元年 11月25日（月） 15：00～17：00（受付14：30～）

※会場は14：30を過ぎてから入場可能となりますのでご了承ください

【開催場所】 ソネビル6階 講習会室

（帯広市西6条南6丁目3 ソネビル）

【駐車場】 帯広市役所 「南側来庁者用駐車場」をご利用下さい

（駐車印は研修会場で押印できます）

【参加費】 無料

【服装】 ビジネスカジュアル

研修参加申し込みは裏面にあります

だい かい ていちゃくし えんけんしゅうかい
第3回 定着支援研修会
もう こ しょ そうしん
申し込み書FAX送信

FAX : 0155-20-7367

へんしんひょう ふうよう
※返信票は不要です。このままFAXしてください。

もう こみし き れいわがねん がつ にち きん
■ 申込締め切り 令和元年 11月8日(金)

かいしゃめい 会社名			
さんかしゃめい 参加者名			
しゅわつうやくし 手話通訳士	よう 要	•	ふうよう 不要

ふめい てん たんとう たにの ほり れんらく
ご不明な点は、担当：谷野・堀までご連絡ください。 TEL : 0155-24-8989
FAX : 0155-20-7367

令和元年 10 月 18 日

関係者各位

十勝障がい者就業・生活支援センターだいち
センター長 新明 雅之

第 3 回「企業で働く障がいをお持ちの方への定着支援研修会」のご案内 「ストレスと上手に向き合うために考えよう！！」

当センターでは、企業で働き続けるための「定着支援研修会」を企画し、働く皆さんのモチベーションや仕事に対する意識を高めていくことを目的に、年間を通して様々な研修を開催しております。

今年度第 3 回目は、日常生活の中で多様に絡み合う『ストレス』について考えていく研修を実施することになりました。個々によって感じる度合いや内容は異なるかと思いますが、ストレスを上手に軽減したり解消していくことが出来ないと、気持ちが落ち込んでしまったり、体調を崩してしまうことにも繋がり兼ねません。そのため今回はそのストレスとは何かを知り、自分自身の日常を振り返り考える機会として、参加者の皆さんと考えていきたいと思っております。

尚、今回の内容につきましては、参加されるご本人の様々な感情や状況が共有されることを予想し、企業の方のオブザーバー参加は前半の講義のみとさせていただきます。参加される方は後半のグループワークは退席していただきますのでご了承下さい。是非趣旨をご理解の上、ご検討をお願い致します。

記

■内 容 : 研修テーマ 「 ストレスと上手に向き合うために考えよう！！ 」

講師：北海道十勝総合振興局保健環境部

保健行政室（北海道帯広保健所）健康推進課

保健師 押切 風花 氏

■スケジュール： 15：20 保健師さんより講義

16：10 グループワーク

17：00 研修終了

※多少の前後がありますことをご了承下さい

■開催日 : 令和元年 11 月 25 日（月） 15:00 ～ 17:00 （受付 14:30～）

■開催場所 : ソネビル 6 階 講習会室 （帯広市西 6 条南 6 丁目 3 ソネビル）

■駐車場 : 帯広市役所「南側来庁者用駐車場」をご利用下さい

■参加費 : 無料

■服 装 : ビジネスカジュアル

■申込締め切り : 令和元年 11 月 8 日（金）

参加の皆さんには研修参加レポートを提出いただきます。
後日会社に送付させていただきますので、ご本人との振り返りに是非ご活用下さい。