

令和元年7月1日

雲 仙 市

担当課	健康福祉部 健康づくり課
担当者	主査 森 茉莉子
電 話	0957-36-2500
F A X	0957-36-8900

令和元年度こころの健康づくり講演会の開催について

(前文)

働き盛りの世代は、仕事内容や環境などが大きなストレスとなり、気分の落ち込みや不安を抱え込みやすい世代でもあります。その中でも、保育士をはじめ、保育の現場で働く人々は子どもの命を預かるという責任等もあるため、よりストレスを溜め込みやすいと考えられます。職員自身が毎日、元気に働くためには身体だけではなく、“こころ”の健康も大切です。

そのため、自身のメンタルヘルス管理について正しく理解し、こころの危機的状況に陥った際、適切に対処できるための知識を持つことを目的に講演会を開催します。

(※出席者が限定されていますので、事前周知は不要です)

(内容)

1. 期 日 令和元年7月4日(木)午後7時00分～9時00分
2. 会 場 吾妻町ふるさと会館 多目的ホール(雲仙市吾妻町牛口名 537-1)
3. 対象者 雲仙市内の保育園に勤務している職員
4. 演 題 「ストレスマネジメント～毎日元気に働くために～」
5. 講 師 医療法人カメリア 大村共立病院
副院長 ^{みやた}宮田 ^{ゆうご}雄吾先生(精神科医)
6. 主 催 雲仙市保育会、雲仙市

令和元年度こころの健康づくり講演会

ストレスマネジメント

～毎日元気に働くために～

- 毎日、健康で元気に働くために、“こころのSOS”に早く気づき、自分に合ったストレス対処法をみつけて実践することが大切です。自身のストレスケアについて学びましょう。

[日時] ▶▶▶ 7月4日(木) 19:00～21:00
(受付18:30～)

[会場] ▶▶▶ 吾妻町ふるさと会館 多目的ホール
(雲仙市吾妻町牛口名537-1)

[講師] ▶▶▶ 大村共立病院 副院長
宮田雄吾先生(精神科医)

●精神科医、長崎県大村市在住、4児の父。
児童心理治療施設「大村橋の森学園」園長や「横浜カメリアホスピタル」院長などを歴任。現在、大村共立病院副院長と大村橋の森学園主任医師を兼務。加えてウエスレヤン大学及び活水女子大学の非常勤講師、大村市メンタルケア・アドバイザー。主に児童思春期の子どもたちの治療や、リストカットする若者の治療などに取り組む一方で、ラジオの出演、講演など精力的に行っており、現在、毎週火曜、NBCラジオ「宮田先生のグッドステップ」のコーナーを担当中。著書は「やっかいな子どもや大人との接し方マニュアル」「「生存者」と呼ばれる子どもたち」(角川書店)等



たくさんの参加をお待ちしています♡

主催 : 雲仙市保育会 ・ 雲仙市