

2020年度 公益社団法人山形県看護協会  
庄内支部研修会

# 「看護職のメンタルヘルス」

## ～疲れたココロをストレッチ～

日々の業務の中でのココロのもやもや…コロナ禍…看護職ならではのストレス…  
認知行動療法から自己分析し、ストレスへの対処法を一緒に学んでみませんか？  
ココロをほぐして明日への活力に！

日 時： 2020年11月7日（土）  
13：30～15：30 （受付開始 13：00～）

内 容： 「看護職のメンタルヘルス～疲れたココロをストレッチ～」  
\*講師 山形県立こころの医療センター  
精神科認定看護師 若松 健也 氏

会 場： いろり火の里 なの花ホール ☎0235（66）4833

対 象： 看護職 80名

参加費： 看護協会会員 無料 非会員 1000円

申込み： 10月12日（月）まで、FAXにてお申し込みください  
\*申し込みFAX用紙は、会員用と非会員用の2種類ありますのでご注意ください。

山形県看護協会庄内支部  
教育委員 石川 美穂子（健友会 本間病院）

FAX 0234（22）2560

※会場は空間を広くとり、感染症対策に努めます。  
また、空調の調整が困難な場合がありますので羽織ものなどがあると便利です。

\*参加前に、自宅で検温と体調管理をお願いします。  
\*参加者はマスクの着用をお願いします。  
\*当日会場にて問診と検温のご協力をお願いします。

主催公益社団法人山形県看護協会庄内支部