

# ふくしま心のケアセンター 支援者向け **ストレスケア** 研修会

## 郡山会場

平成30年**9月18日**  
13:00～16:00 **火**  
郡山市総合福祉センター  
5階集会室  
定員 80名

## いわき会場

平成30年**9月19日**  
13:00～16:00 **水**  
いわき産業創造館  
企画展示ホールA  
定員 80名

### 報告

#### 「県民健康調査結果からみる福島県の現状」

報告者 公立大学法人 福島県立医科大学 放射線医学県民健康管理センター  
前田 正治 先生 (郡山会場), 後藤 紗織 先生 (いわき会場)

### 特別講演

#### 「燃え尽きないためのストレスケア ～マインドフルネスの活用と実践～」

講師 公立大学法人 福島県立医科大学 医学部 災害こころの医学講座  
瀬藤 乃理子 先生

##### <講師紹介>

兵庫県神戸市出身。病院臨床および甲南女子大学での勤務を経て、平成30年5月より福島県立医科大学災害こころの医学講座准教授。心理学修士、保健学博士。専門は医療心理学およびストレス学。マインドフルネス瞑想で自身の燃えつきを克服した経験から、現在、援助職向けのストレスケアのプログラムを開発し、各地で実施している。音楽や瞑想を用いた参加型の研修は、家での練習方法が組み込まれており、リピーターも多い。



○対象 被災者支援に携わる支援者、医療・保健・福祉従事者

○参加費 無料

○申込み 締切：平成30年9月10日（月）

方法：① FAX……裏面の参加申込書をFAX送信してください。

② WEB……ふくしま心のケアセンターホームページにアクセスの上、参加登録を行ってください。

○主催 (一社) 福島県精神保健福祉協会  
ふくしま心のケアセンター  
○共催 公立大学法人 福島県立医科大学  
○後援 福島県

##### <問い合わせ先>

ふくしま心のケアセンター  
基幹センター 業務部 企画業務課  
TEL 024-983-4272 FAX 024-973-8261

