

参加無料!

"SOS"に気づいたら? 知っておきたい



メンタルヘルス研修

令和7年

1 / 23 (木)

午後

1時30分~4時

日々のストレスを、
あなたはどうしていますか?
自分のために、
職場の仲間や家族のために
「メンタルヘルスケア」の知識を
身につける研修です。

講師 白鳥 秀明 氏 (弁護士)

弁護士法人東京パブリック法律事務所

研修内容

- 1.メンタルヘルスの現状
- 2.自分のためのメンタルヘルスケア
- 3.周囲のためのメンタルヘルスケア
- 4.明日からの行動を考える

「ストレスを整理する」
「自分の思考のクセを知る」
その方法を伝授!

これだけはNG!
やってはいけない
対応とは

**対象
定員**

北区内の福祉施設の職員30名
分野など職種不問 ※先着制
※1事業所あたり2名様まで

会場

岸町ふれあい館3階 第5集会室
(北区岸町1-6-17)

**申込
方法**

令和7年1月16日(木)までに申し込みフォームにて
お申込みください。詳しくは裏面をご参照ください。



白鳥秀明氏

弁護士法人
東京パブリック法律事務所

【講師紹介】

【経歴】

看護師・保健師免許を取得後に、保健師として横浜市に勤務し、高齢者や障がい者の方の支援の仕事に携わる。業務の中で、地域における法的支援の重要性を感じ、同市を退職後法科大学院へ進学。弁護士登録と同時に東京パブリック法律事務所へ入職。

現在は、医療関係事件、交通事故などの身体がテーマとなる事件や、障がいのある方や高齢者の方の支援、後見人としての業務を多く担当している。

お申し込みは
フォームから！

※1事業所あたり2名まで
となります



① 当会ホームページ上部の「福祉事業者の方」をクリックしてください。

② 「福祉従事者向け研修」をクリックしてください。

③ 研修一覧から、希望する研修のページに移動してください。

④ 研修ページの「申し込みフォーム」に必要事項を入力しお申し込みください。



◆フォームの自動返信をもって参加決定通知となります。ただし、定員超過の場合には当会からご連絡させていただきます。

◆当会研修一覧へのURL <https://kitashakyo.or.jp/oshirase/kenshu/>