

動画
配信

介護ストレスのセルフケア

介護をされていてストレスを感じる人も多いと思います。その一方で、ストレスを感じていない人もいます。この違いは、ストレスケアが上手かどうかで生じるのだと思います。ストレスに押しつぶされ、「もう限界!」とならないように、この講座でセルフケアの仕方を学びませんか。

配信期間	2023年 7月13日(木) ~ 7月19日(水)
視聴時間	約1時間
対象	愛媛県民一般(介護職等専門職の方も受講できます。)
実費	無料
講師	今治明德短期大学ライフデザイン学科 介護福祉コース 講師 杉本 詠二 先生
申込方法	ホームページから
受付締切	2023年 7月6日(木) まで受付



特別養護老人ホームの介護職員→介護支援専門員→介護福祉士養成の大学教員の職を経て、現在は大学教員の職務の傍ら「ふくしとオカリナの講師」として県内の介護事業所での研修やオカリナ演奏、オカリナ講師として活動中！
介護福祉士 30周年記念として電子書籍「認知症のじいさま・ばあさまに教わったこと (Amazon kindle)」を出版。
ふくしのイベントや、オカリナの演奏等に関する情報を自身ホームページ「ふくしとオカリナのえいじろう」
<https://eijiro277.wixsite.com/mysite> にて展開中。



“ みんなで学ぼう介護のいろは ”

＜お問い合わせ先＞
愛媛県在宅介護研修センター (愛称 : 愛ケア)
〒791-0122 松山市末町甲9番地1
TEL : 089-914-0721 FAX : 089-914-0732
(ホームページ) <https://ehime-zaitakukaigo.com/>



- * 受付締切後、IDとパスワードをメールで送付いたします。メールが受信できるよう「ehime-zaitakukaigo.com」のドメインをあらかじめ登録してください。
- * 受付状況についてお知りになりたい方は、当センターまでお問い合わせ下さい。
- * 受講申込フォームにご記入いただいた個人情報は、当センターが責任を持って管理いたします。