

# 教職員のためのメンタルヘルス研修会 こもれび

8月23日

年間約5000人の教職員がうつや適応障害などのメンタルヘルス不調で休職されています。心身共に健康で過ごすには、「自分自身をいたわること＝セルフケア」がとても大切です。ストレス対処やセルフケアのポイントについて臨床心理士がお伝えします。交流の時間も設けておりますので、こころのふれあいを通してエネルギーを充電しましょう。皆さまお誘いあわせの上、ぜひご参加ください！

日時：平成30年8月23日（木）  
13:30～15:30

対象：福岡県内、福岡市内公立学校に勤務の  
教諭、養護教諭など **60名程度（先着）**

会場：公立学校共済組合 九州中央病院 3階講堂  
（福岡市南区塩原3丁目23番1号）

内容：メンタルヘルスの基礎知識と  
セルフケアの実践、交流会

お茶を飲みながら  
ほっと一息しませんか



## お申込方法

**電話** 092-541-4936（九州中央病院代表）

「メンタルヘルスセンター研修会こもれび参加について」とお伝えください。

**メール** mh-kenshu@kyushu-ctr-hsp.com

件名「メンタルヘルスセンター研修会こもれび」

・お名前（ふりがな）・ご所属 ・職種 ・年齢 ・連絡先  
以上を明記の上、ご連絡ください。

**FAX** 092-541-4540

裏面ご記入の上、ご送信ください。\* **個人情報**は研修会のみで使用されます。

お問い合わせ先



公立学校共済組合 九州中央病院 メンタルヘルスセンター

092-541-4936（代表） 担当 川見

# 教職員のためのメンタルヘルス研修会

## こもれび 申込用紙

2018年  
8月23日

FAXでのお申込み 092-541-4540

公立学校共済組合 九州中央病院  
メンタルヘルスセンター

ご所属	なまえ お名前	ご年齢	ご職種	ご連絡先
例 九中小学校	めんたる はなこ 面樽 花子	49歳	教諭	090-xxxx-xxxx

ご記入いただきました個人情報は、研修会の事務手続きでのみ使用されます。  
番号をお確かめの上、お間違えのないようにFAXをお願いします。

お問い合わせ先

公立学校共済組合 九州中央病院 メンタルヘルスセンター  
092-541-4936 (代表) 担当 川見

