

# 『自己覚知で働き方改革？』 ～バーンアウトしないための認知行動療法～

感情労働と呼ばれるケアマネジメント業務において、バーンアウトの予防対策は欠かせないものです。実際、事業所において人材確保に苦勞している主任ケアマネは多いのではないのでしょうか。バーンアウト対策と聞くと、労働時間の短縮や担当の変更など外部環境へのアプローチを考えがちですが、根本的な解決には至らないため、問題再燃という課題が残ります。そこで今回、山口大学病院精神神経科の作業療法士で医学博士の平田先生に再登壇いただき、昨年好評を博した『認知行動療法』を用い、自らの認知の歪みを自覚し、その変容を促すことで、ストレスに適切に対応していく能力を磨く研修会を企画しました。

今回は、主任更新の要件研修に位置付けております。業務ご多忙のところ誠に恐縮ですが、多数のご参加お待ちしております。ふるってご参加ください。

## 1 主催

防府介護支援専門員協会

## 2 日時

令和元年10月17日（木）午前10時から午後4時まで

※受付時間は午前9時30分からになります。

## 3 会場

防府市文化福祉会館 3階 4号会議室

〒747-0026 防府市緑町一丁目9番2号電話 0835-23-1500

## 4 対象

防府市内外の主任介護支援専門員・介護支援専門員、包括職員、その他対人援助に関わる方

※本研修は「主任介護支援専門員受講要件研修」ですが、それ以外の方も受講できます

※本研修は「主任介護支援専門員受講要件研修」として、修了証を交付します

## 5 定員

90名（定員になり次第、締め切らせていただきます。）

## 6 内容

講義 「対人援助職と自己覚知」「認知行動療法とは」

演習 「認知行動療法で行動変容」

## 7 講師

山口大学付属病院精神神経科 作業療法士 医学博士 平田圭子 先生

## 8 参加費について

防府介護支援専門員協会会員 無料

その他の介護支援専門員協会会員 1,000円

非会員 2,000円

## 9 参加申込みについて

参加希望者は、別紙申込用紙に必要事項を記入の上、下記申込宛先にFAXまたは郵送にてお申し込みください。電話によるお申し込みはご遠慮願います。

## 10 申込締切日

令和1年10月1日（火）

※定員に達し次第、申し込み受付を終了します。定員を超えた場合、受講できない方のみ連絡します。

※今回は、優先順位の規定はありません。申し込み順とさせていただきます。

## 11 個人情報の取り扱い

「参加申込書」に記載された個人情報は、本研修の運営管理にのみ使用させていただきます。

## 12 申込先

防府介護支援専門員協会 事務局

防府市国衙五丁目9-27 周防国府ケアプランセンター内

FAX：0835-27-5020

## 13 お問い合わせ先

防府介護支援専門員協会 研修企画部長

防府南地域包括支援センター 熊野かおり

TEL：0835-28-7002

