

メンタルヘルス教育に活かす 自律訓練法セミナー

～基礎から学んで指導に活かす～

リラクゼーション技法のひとつである自律訓練法の具体的な指導法(第2公式まで)を実習や演習を通して学びます。(日本自律訓練学会 後援)

会場
第1回

平成31年2月17日(日)
安全衛生総合会館(東京都港区)



参加費

区分	正規金額(税込)	割引金額(税込)*
THP登録者	15,430円	割引対象外
賛助会員	15,430円	9,260円
一般	17,490円	10,490円

*参加費には、テキスト代、消費税8%が含まれています。

*THP登録者は、割引金額の対象ではありません。

*受講料の割引金額が対象となる事業場は、常時使用する労働者数が300人未満であり、かつ、労災保険の適用事業場です。
上記要件を確認するために、労働基準監督署の受付印のある直近の「労働保険概算・確定保険料申告書(事業主控)」の写しを提出いただくこととなります。

定員 60名

取得単位

- ・THP指導者登録更新単位…4単位
- ・(公社)日本産業衛生学会
産業保健看護専門家制度研修認定単位…申請中

対象者

産業保健スタッフ、心理相談専門研修修了者、
事業場内でメンタルヘルスを推進している方 等

カリキュラム

時間	内容
9時30分～9時50分	開講式・オリエンテーション
9時50分～11時50分	自律訓練法の概要
11時50分～12時50分	昼食・休憩
12時50分～14時20分	自律訓練法実習と演習Ⅰ 体験実習と健康指導に活かす演習(標準練習体験等)
14時20分～14時30分	休憩
14時30分～17時00分	自律訓練法実習と演習Ⅱ 体験実習と健康指導に活かす実習(ロールプレイ 質疑等)
17時00分～17時10分	閉講

研修会の
申込方法

Web申込み 好評受付中!

Web申込み、または参加申込書に必要事項をご記入の上、FAX・郵送でお申込みください。

お問合せ・お申込み先

中央労働災害防止協会(中災防) <http://www.jisha.or.jp/health/>

健康快適推進部 企画管理課(東京)

TEL 03-3452-2517 / FAX 03-3453-0730

