

新人、若手**PSW**向け**Online**研修

あなた自身を元気にする方法は？
- 元気回復行動プラン**WRAP**を学ぶ -



PSWとして働き始めてから、
どれくらい経ちましたか。
私たちは日々悩み、葛藤し成長します。
だからこそ考えてみてください。
あなた自身のことは大切にできていますか？
Onlineで語り合いながら、
元気回復プランをつくりましょう！

2022.03.05(SAT)

13:00~16:00

対象は経験年数**5**年以下かつ**35**歳以下の方

参加費無料

Zoomで開催します。

講師は、青森県立つくしが丘病院
精神保健福祉士、**WRAP**ファシリテーター
佐藤 由子様です。



好きな食べ物は、
すき焼きのしみ込んだ
焼き豆腐。

研修会定員は**10**名です。
申し込み締め切りは
2022.02.26まで。

以下の必要事項を記入の上、
メールにて研修会事務局へお申込みください。

- ① 氏名
- ② 経験年数（現在○年目）
- ③ 参加区分（県協会会員・非会員）
- ④ 所属機関名 ⑤ 電話番号

研修会事務局：三橋（自立訓練事業所SUN）
メール：sun-mitsuhashi@fuyoukai.or.jp
TEL：017（738）2525

申し込み後、研修資料をメールで送付します。
当日は、個人ワーク資料を印刷し
手元に準備してからご参加ください。

Time schedule

13：00	初めのあいさつ
13：05	①WRAP概要
14：00	休憩
14：10	②元気に役立つ道具箱づくり
14：40	休憩
14：50	③日常生活管理プラン
15：25	休憩
15：35	④引き金に対応するプラン
16：00	終了