

こころの元気力アップセミナー実施要項

1 目的

メンタルヘルス対策の一環として、メンタルヘルスの正しい知識を学びながら、心の健康度を向上するためのセルフケアについて習得し、マインドフルネス呼吸法等の体験を通して、受講者が悩みやストレスに自ら対応する方法を身につけ、健全な心身を保つことを目的とする。

2 主催

福岡県教育委員会、公立学校共済組合福岡支部

3 対象者・定員

公立学校共済組合福岡支部組合員

定員 500名

4 受講方法及び受講期間

オンデマンド(動画配信) 【座学30分+実技30分】〈 委託先：株式会社カイトック 〉

メールに送付される URL からアクセスし、インターネット環境で受講

受講期間：令和8年8月1日(土)から令和9年1月11日(月)

5 申込方法及び申込締切

電子申請(インターネット)による。

右の二次元コードを読み込むか、インターネットで「公立学校共済組合福岡支部お知らせ」で検索し、「こころの元気力アップセミナー申込み」から申し込むこと。

申込締切：令和8年6月19日(金) 23:59



申込みは
こちらから

6 受講者の決定

申込締切後受講者を決定し、所属所長に通知する(申込者多数の場合、抽選とする。)

7 サービスの取扱い

県教育委員会事務局等職員及び県立学校教職員は、受講にかかる時間は「勤務」となります。

なお、各市町村(学校組合)立学校教職員、その他の組合員については、それぞれの管轄教育委員会等の取扱いを確認してください。

8 注意事項

- (1) 受講日に組合員の資格を喪失している場合は利用できません。
- (2) 受講に必要な通信端末、通信機器等及びインターネット接続可能な環境は受講者で準備してください。
- (3) 受講に当たって発生する通信料は受講者の負担となります。
- (4) 受講の際は、このセミナーがオンラインで非対面で行われることを認識し、自己責任のもとで自己の安全管理及び体調管理を行うものとします。
- (5) 申込みの際に入力していただく個人情報は委託先には提供しません。
- (6) 受講方法の詳細は、決定通知の際にお知らせします。