

# こもれび

8月8日

14:00-15:00

1学期多忙だった...

職場や生活の環境が変わった...

新規採用された...

休職から復帰した...



「夏休み明け、元気に働けるか心配...」  
「2学期が不安...」 そんな先生方へ

めまぐるしい日々の中、児童生徒の様子も気になるけれど、「自分の心と身体がもつのか心配」という方も多いのではないのでしょうか。「こもれび」は、そんな先生方ご自身のための研修会です。

現状を知るためのセルフチェック、また疲弊しすぎる前のブレーキのかけ所などをお伝えします。オンライン開催ですので、リラックスできる環境でお気軽に視聴ください。

日時：2023年8月8日（火）  
14:00～15:00

対象：公立学校共済組合員

内容：2学期の心と身体が不安な先生方へ

- ・ こういう症状には要注意！
- ・ 今の調子は？セルフチェックしてみましよう
- ・ いざという時の相談先のご紹介

※昨年とほぼ同様の内容です

講師：当院 臨床心理士（公認心理師）

- ・ 参加費無料
- ・ オンライン開催  
Zoomウェビナー使用  
カメラ・マイクOFFでの参加OK



申し込み〆切  
7月26日

お申込み方法は裏面へ

# こもれび 申込方法

✉ [mh-kenshu@kyushu.kouritu.or.jp](mailto:mh-kenshu@kyushu.kouritu.or.jp)まで  
メールにてお申込みください

\* 件名「研修会こもれび」

\* 本文に下記内容をご記入ください。

- ・名前（ふりがな）
- ・年齢
- ・ご所属
- ・支部（県）
- ・職種
- ・連絡先
- ・メールアドレス

☆研修会当日にアクセスでき、  
添付ファイルの受け取りが可能なメールアドレスをご記載ください。

☆個人情報研修会のみ使用されます。

申し込み〆切  
7月26日

- 当センターからのお申込完了についての返信はございません。
- 開催1週間前までに、参加に関するご案内をメールにてお送りします。  
メールが届かない場合はお問合せください。

## ご参加に際して

- ・オンライン研修会に関わる通信料、接続料等の一切の費用は参加者の負担とします。
- ・研修会の内容の録画・録音・撮影等は禁止します。
- ・研修会当日のZoom操作に関する問い合わせには対応できませんので、ご了承ください。

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）