

利用者さんやご家族に寄り添い続ける訪問看護。

やりがいが多い一方で…

「気を張り続けて疲れる」「感情を切り替えられない」

「ひとりで抱え込みやすい」と感じることはありませんか？

本研修では、在宅医療の現場で起こりやすいストレスや感情疲労を整理し、心をすり減らしすぎずに支援を続けるためのメンタルケアを学びます。

セルフケアだけでなく、チームで支え合う視点や、明日から使える具体的な対処法もお伝えします

無料

ZOOM・集合の同時開催

## 在宅医療を支える訪問看護師のメンタルケア

講師：いとう心理トータルラボ 代表伊藤なつか先生

7/24 金 18:30~19:30  
(受付18:00~)

場所：mentalfit岸和田  
(メンタルフィット)

岸和田市五軒屋町2-1野花ビル2階 050-5840-6888  
駐車場はありません、近隣パーキングへお願いします

申し込みは7/23までにこちらから

主催：訪問看護ステーション希望 072-484-0061

