

第2回健康づくり研修を開催しました

平成 29 年 11 月 13 日、長崎県市町村職員共済会館にて第 2 回健康づくり研修を開催し、「ストレスをためない方法」を研修テーマとして、長崎メンタルヘルス合同会社 金原 俊輔 氏にご講演、長浦 由紀 氏にグループワークの実演をしていただき、多数の方々が出席しました。

平成 30 年 1 月 22 日に第 3 回健康づくり研修の開催を予定していますので、積極的に受講しましょう。



〈受講者からの感想〉

- ・ ストレス環境で自分自身がどう対処していくか、考える機会になった。
- ・ 部署が変わり、他課職員との関わり方が変わった。新しく築く人間関係をよりよくするためのヒントについて、振り返るいい機会となった。
- ・ 様々な経験年数の方のコミュニケーションの悩みを聞くことができた。