

【職員研修】メンタルヘルス研修を行いました

8月1日（月）に臨床心理士の槇坂利栄子先生に講師をしていただき、職員のメンタルヘルス研修を行いました。研修では、ストレスやアンガーマネジメントについてわかりやすく講義をしていただきました。

講義の中で、人間にとって一番大切なマインドフルネスは『さわやかなコミュニケーション（癒し）』であると教えていただき、職場等でのコミュニケーションが大切であることをあらためて認識しました。

