

一般社団法人日本訪問看護認定看護師協議会 関東ブロック

# 「ケアするためのエネルギーチャージ セルフ・コンパッション」

Supported by  
  
THE NIPPON  
FOUNDATION

講師 秋山 美紀 先生

埼玉県立大学看護学科教授

開催日: **2023年 9月16日(土) 14時~17時**

ZOOMにて配信します

対象者: 訪問看護認定看護師協議会会員のみなさま

参加費: **無料**

申込締切: 2023年 9月9日(土)

申込はこちらから→



日頃の利用者様への対応で疲れていませんか？

今回の研修は、より良いケアをするためのエネルギー・チャージである  
「セルフ・コンパッション」について学んでいきます。

皆様のご参加をお待ちしております。

セルフコンパッションとは:

日本語では

「自分に対する慈悲」

「自分への思いやり」

といった意味

セルフコンパッションを身につけると.....

- ♡ 自分に対し優しい気持ちで向き合えるようになる
- ♡ ネガティブな感情、抑うつ気分、不安を克服できる
- ♡ 自分を責める考えがなくなる
- ♡ 今よりも幸せで生き生きとした気持ちになる

頂いたメールアドレス宛に研修会が近づきましたら、  
研修会のURLと資料を掲載した招待メールをお送りし  
ます。 招待メールが届かない場合は、関東ブロッ  
ク山田 (090-4839-7356)までお問合せください。

一般社団法人  
日本訪問看護  
認定看護師  
協議会

