

## 令和 7 年度 ファーストステップ研修 事前課題

### 【科目名】

介護職の健康・ストレス管理

### 【開催日】

令和 7 年 12 月 24 日（水）

### 【講師名】

潤 俊司（うるい しゅんじ）氏

### 【課題内容】

職場で感じるストレスについて、これまでのストレスの内容（介護業務、利用者様との関係、職場の関係等）についてまとめてください。（箇条書きで）また、その解決方法や結果などについてもまとめてください。（解決しなかったことなども記入する）

### 【課題作成についての注意点等】

- 手書きの方は、本会作成原稿用紙をご使用ください。
- 課題には必ず表紙を付けてください。各記入欄につきましては、上記【 】内をご確認ください。

### 【課題提出日】

令和 7 年 11 月 21 日（金）必着にて、郵送または持参にて提出。