明生会　まつばらけやき保育園

保育者のための メンタルヘルスケア研修

保育者自身を大切にしましょう

自分を守る正しい対応力

現場で起きがちな
ケースから学ぶ
実践型研修

開催日	2026年10月17日
時　間	15:30〜16:30
場　所	まつばらけやき保育園
対　象	保育に携わる職員はどなたでも
参加費	無料

お気軽にご参加ください

- ☑ 心は疲れていませんか？
- ☑ どこまでが適切で、どこからがアウトなのか曖昧
- ☑ 頑張りすぎていませんか？
- ☑ 園内の雰囲気を悪くせずに伝えたい

研修内容　〜心はなぜ疲れるのか〜

「メンタル不調＝特別な人の問題」ではないことを理解しましょう。ストレスとは何か？保育者が疲弊しやすい理由はどこにあるのか？頑張りすぎてはいないか？一緒に振り返りながら考えていきましょう。「心の余白」が保育の質を決めることにつながります。子どもの安心基地になるには大人自身の安心が必要ですね。

講師プロフィール



理事長　石川　敦史

社会福祉法人　明生会の理事長
創造性や感性を育み、自発的な行動のとれる姿を目指す保育を行なっています。
子どもたちと様々な体験を通して、子ども自身が学ぶ能力の基盤を養っていけるような場所を広めていこうと、浜松を拠点に名古屋、東京と11カ園を開園。職員同士の交流を対話を通して深めています。

問合せ先

まつばらけやき保育園　03-6304-3730　受付 10:00〜17:00

keyaki@meisei.or.jp

HP