

中央ヘルパー新聞

祝

ご卒業おめでとうございます

ゆうせい
安武侑生くん



令和8年3月10日 熊本県立熊本かがやきの森支援学校を卒業されました。

私たちの事業所では、朝の支援として、学校へ行く準備や夕方の入浴支援で、10歳の頃から関わらせていただいています。訪問するたびにできることがたくさん増えていき、成長を間近で見ることができ、支援者として大変うれしく思います。中学生になっても、色々なことをたくさん経験してください。これからの成長も楽しみにしています。



職員研修



中央拠点の研修委員会で熊本産業保健研究所 保健師 西田氏をお招きし『関係性から整えるセルフケア～ストレスに気づき、自分を守るために～』というストレスケアに関する研修を実施しました。

今回の研修を通して、ストレスは、自分の心の問題だけでなく、人との関係性の中でもうまれることを改めて理解しました。自分のストレス（SOSサイン・疲れた・眠いなど）に気付いた時には、必要に応じて誰かに相談するなど、1人で抱え込まず、早めに対処し気分転換を心掛けて心と体を守る行動をとっていきたいと思いました。



社会福祉法人
熊本市社会福祉事業団

笑顔のある暮らし、支えます。



社会福祉事業団HP



@CHUOU.HELPER

中央ヘルパー事業所

熊本市中央区壺川2-3-85

☎096-319-5571