

職免
参加可

再休業防止・安定勤務をサポート

令和8年度 復職後支援講座

精神疾患による休業から復職され、概ね1年以内にある教職員の方を対象とした、復職後の過ごし方や、再発・再休業を防止する働き方について考えるセミナーです。ワークとミニレクチャー、ミニ交流会を組み合わせた内容を実施します。現在の生活状況のチェックやストレス軽減のヒントを得る機会としてお役立てください。

各回とも14:00~16:30まで(予定)

ご希望の日程・回数をご参加いただけます

教員の方

- 第1回 4月23日(木) 「新生活いかがお過ごしですか？」
- 第2回 5月21日(木) 「疲れが溜まる時期 あなたのストレスサイン」
- 第3回 6月4日(木) 「みんなどうしてる？職場のもやもや」
- 第4回 7月2日(木) 「季節の変わり目、どう過ごす？私の危険信号」
- 第5回 7月16日(木) 「いよいよ夏休み！私を支えてくれたもの」

教員以外の方

- 第1回 5月7日(木) 「新生活の振り返り／あなたのストレスサイン」
- 第2回 6月18日(木) 「私の危険信号／これからに向けて」

開催場所：公立学校共済組合 近畿 教職員ストレスケアクリニック（現 近畿中央病院 建物内）
スタッフ：当センター 公認心理師・臨床心理士・精神科医
対象者：公立学校共済組合大阪支部 組合員の方で 復職後概ね1年以内の教職員の方
募集人数：各回10名程度（定員を超えるお申込みがあった場合はご希望に浴えない場合があります）
参加費：無料
申込み：当センターホームページの「参加申込みフォーム」よりお申込みください。
締め切り：各回の1週間前までにお申込みください。

※ 職免の取扱いについては、大阪府教育庁および府の教育機関以外の方は各教育委員会にご確認ください。

お問合せ

大阪メンタルヘルス総合センター（OMC）

〒664-0872 兵庫県伊丹市車塚3丁目1（R8.7月末まで 8月以降は移転予定）
公立学校共済組合 近畿 教職員ストレスケアクリニック 内

【TEL】 0120-556-879 月～金 9時～17時15分

3月24日(火)
受付開始

