

参加者募集 / 無料・オンライン・60分

支援を続けるあなたのための オンライン・セルフケア研修

地震の影響を受けた全国の援助職のみなさま

ご自身が被災していなくても、忙しくなった、いつもと違う対応が必要になった、環境が変わった、応援に入った——そうした方も対象です。短時間で学べるセルフケアの技法（TFT：タッピングによるストレス緩和法）を、オンラインでお伝えします。治療ではなく、支援を続けるための「コンディショニング」です。覚えればずっと自分で使えます。

開催概要

日時：12月9日（水）20:00 / 12日（土）と13日（日）9:30 or 20:00
（同一内容・ご参加は1回・各回60分前後）

形式：オンライン（Zoom） 参加費：無料

対象：全国の対人援助・災害対応の業務や活動に従事する18歳以上の方で、熊本地震(2026)のあと、お仕事や生活に影響があった方。

※お住まい・勤務地・被災の有無は問いません。

被災地で支援にあたっている方／応援に入った方／応援派遣で職場の業務が増えた方／避難された方を受け入れている方／ご自身やご家族が被災した方 など
セルフケア手順資料・フォローアップ研修（オンライン・無料）付き。

研究へのご協力をお願い（任意）

倫理審査の承認と国際試験登録（ISRCTN）を受けた研究です。この研修が参加しやすく、安全で、有益かを確かめるアンケート調査を行っています。協力は任意で、協力しなくても研修は同じように受けられます。参加や回答の内容が勤務先や上司に伝わることはありません。詳しくは申込フォーム内の説明文書をご覧ください。

主催：TFTセンタージャパン 講師：森川綾女（公認心理師、TFTトレーナー）
お問い合わせ：tftjp.4199@gmail.com（原則2営業日以内に返信します）

※掲出・回覧をご担当者様にお願いしています。参加申込は各自が直接フォームから行い、参加者の情報が所属組織に提供されることはありません。

（イデアラボ 研究倫理審査委員会承認番号：IE 260731058／ISRCTN15749621）

お申込み <https://x.gd/hk0Qr>

11/4から開始
お申込はこちら

