資料（6）－1

2026 年度　白井市地域自立支援協議会　全体研修会　企画書

テーマ：その疲れは、あなたのせいではない　―福祉職員のセルフケア―

白井市基幹相談支援センター

1　趣旨

障害福祉の支援現場では、職員が利用者の生活課題、行動障害、家族関係の困難に継続的に接することにより、感情労働に伴う消耗、共感疲労、燃え尽き（バーンアウト）が生じやすい。これらは職員個人の不調にとどまらず、離職による支援の断絶、支援の質の低下、さらには不適切な対応や虐待の前段階のリスクとして現れる。

障害者虐待防止法第 15 条および指定基準に基づく虐待防止委員会の設置・従業者研修の実施（2022 年 4 月 1 日から義務化）は、いずれも体制の整備を求めるものであるが、その体制を実際に機能させるのは職員個々の心理的な余力である。虐待防止研修を毎年重ねてもなお不適切な支援が生じる背景として、職員のセルフケアと組織のラインケアが未整備である点を正面から扱う必要がある。

加えて、労働安全衛生法及び作業環境測定法の一部を改正する法律（2025 年 5 月 14 日公布）により、従業員 50 人未満の事業場にもストレスチェックの実施が義務付けられる。施行日は令和 8 年 5 月 18 日の労働政策審議会安全衛生分科会において 2028 年 4 月 1 日と示されている。市内の障害福祉事業所の多くは 50 人未満の規模であり、準備期間にあたる本年度中に対応の考え方を共有する意義は大きい。

以上から、2026 年度全体研修会のテーマを「その疲れは、あなたのせいではない　―福祉職員のセルフケア―」とし、心理専門職の職能団体の協力を得て実施する。あわせて、市内で不足している心理専門職との接点を協議会として確保することを副次的な目的とする。

2　到達目標

(1)　支援職特有のストレス構造（感情労働、共感疲労、二次的外傷性ストレス、バーンアウト）を説明できる。

(2)　自身のストレス反応に気づく方法と、実行可能な対処方法を一つ以上持ち帰る。

(3)　セルフケアを個人の努力に帰さず、事業所のラインケアおよび虐待防止体制の課題として捉え直す視点を得る。

3　開催概要

名称	2026 年度　白井市地域自立支援協議会　全体研修会 「その疲れは、あなたのせいではない　―福祉職員のセルフケア―」

日時	2026 年 12 月 21 日（月）14 時 00 分から 16 時 00 分まで（受付 13 時 30 分）
会場	白井市役所東庁舎 302・303・304 会議室
主催	白井市地域自立支援協議会
対象	市内の障害福祉サービス事業所職員、相談支援事業所職員、協議会委員・協力者、市関係課職員等
定員	50 名（事務局含む）
形式	集合開催のみ。オンライン配信および録画配信は行わない。
参加費	無料

4　講師

氏名	上田　将史　氏
現職	一般社団法人千葉県公認心理師協会　会長 特定非営利活動法人志木市精神保健福祉をすすめる会　理事長 亀田メディカルセンター（亀田総合病院）臨床心理室 立教大学　等
資格	公認心理士、精神保健福祉士、社会福祉士、臨床心理士
依頼状況	未依頼。本会議での決定後、事務局から内諾を打診する。

選定理由

(1)　心理専門職の職能団体の代表として、支援者のメンタルヘルスに関する知見を有する。同協会は令和 7 年度 2 月研修セミナーにおいて「支援者のメンタルヘルス」をテーマとする研修を実施している。

(2)同時に、就労継続支援 B 型事業所、就労移行支援事業所、就労定着支援事業所、指定特定相談支援事業所等を運営する法人の理事長であり、障害福祉サービス事業所の運営と職員管理の実情を把握している。講義が心理学の一般論にとどまらず、事業所運営の現実に即した内容となることが期待できる。

(3)　居住地が近隣（流山市）であり、市内会場への往復の負担が小さい。

5　プログラム（120 分）

時刻	内容	担当
13:30	受付	事務局
14:00	開会、趣旨説明、講師紹介（5 分）	協議会会長
14:05	講義 I　支援職はなぜ消耗するのか（60 分） 感情労働、共感疲労・二次的外傷性ストレス、バーンアウトの経過と兆候	講師

時刻	内容	担当
15:05	休憩（5 分）	－
15:10	講義 II・演習　セルフケアの実際（35 分） セルフモニタリング、対処方法の点検、リラクセーションの体験	講師
15:45	質疑応答（10 分）　事前に収集した質問を事務局が整理して提示	講師・事務局
15:55	まとめ、事務連絡（5 分）　虐待防止体制および人材育成の課題との接続	事務局
16:00	閉会	－

6　周知および募集

(1)　市内の障害福祉サービス事業所、相談支援事業所、協議会委員、市関係課等に案内を送付する。

(2)　申込は電子申請フォームにより受け付け、締切は 2026 年 12 月 11 日（金）とする。

(3)　管理者層の参加が少ない場合、学んだ内容が事業所のラインケアに波及しない。管理者の参加を明示的に依頼する。

7　合理的配慮の提供

主催者として、参加者に対し必要な合理的配慮を提供する。障害者差別解消法により、行政機関等は合理的配慮の提供が法的義務とされ、事業者についても 2024 年 4 月 1 日から法的義務とされている。市が設置する協議会が主催する研修であることから、これに準じた対応を行う。

(1)　申込様式に必要な配慮を記入する欄を設け、配慮の内容を事前に把握する。

(2)　合理的配慮を要する場合は手配に期間を要するため、配慮の申出期限を申込締切より前の 2026 年 12 月 4 日（金）とする。

(3)　会場は、車椅子で利用できる経路および多目的トイレを近くに備えた室を選定する。座席位置（前方または出入口付近）の希望に対応する。

(4)　資料は、希望に応じて拡大版または電子データを事前に提供する。

(5)　演習への参加が困難な場合の代替方法を、あらかじめ講師と調整する。

(6)　把握した配慮の内容は、事前に講師へ共有する。

8　準備スケジュール

時期	事項
~~9 月上旬（済）~~	~~講師への内諾打診（開始時刻および謝金の条件を含む）、会場の空き状況確認および予約~~
9 月中旬	講師への正式依頼文書の発出、テーマおよび演習内容の調整
10 月中	市内事業所を対象とした事前質問の収集

時期	事項
10 月下旬	開催案内および申込様式の発出
11 月中	事前質問を整理し講師へ送付、当日資料の受領
12 月 4 日	合理的配慮の申出期限（手話通訳等の手配に要する期間を確保）
12 月 11 日	申込締切
12 月中旬	資料の印刷、会場設営計画の確定、受付名簿の作成
12 月 21 日	開催
1 月上旬	アンケートの集計、実施報告を協議会へ提出

10　効果測定

市内事業所等を対象に講師への質問を自由記述で収集し、講義内容に反映する。事後は、到達目標(1)から(3)の達成度を 4 件法で問うほか、明日から試そうと思うこと、自事業所で組織的に取り組むべきと感じたこと、次年度に取り上げてほしいテーマを自由記述で収集する。事後アンケートの結果は、次年度の人材育成に関する取組および市への提言の基礎資料として活用する。

11　留意事項

(1)　演習は、個人の被害体験や困難事例の自己開示を求めない設計とするよう、依頼文に明記する。セルフケアをテーマとする研修において開示を促す構成は、参加者に二次的な負荷を与えるおそれがある。

(2)　参加者の中に現に不調を抱える者がいることを前提に、当日配布資料に相談先を明記する。掲載する窓口名および連絡先は、事前に一次情報で確認する。

(3)　12 月は感染症の流行期にあたるため、中止または延期の判断基準をあらかじめ定める。オンライン配信を行わないため、中止時の代替措置は設けない。