

メンタルヘルスオンラインセミナー

参加費無料
zoom開催

職場での従業員向けメンタルヘルス研修としてご活用ください！

テーマ

コミュニケーション研修

～実践編：さまざまな世代間コミュニケーションとその相談事例～

日時

3月11日（水） 14:00～15:00

近年、コミュニケーション不足はストレスの増大や孤立感につながり、メンタルヘルス不調の一因になると言われています。

今回のセミナーでは職場に起こりうるメンタルヘルス問題の予防と、世代間コミュニケーションについて相談事例を交えて解説いたします。

日々のコミュニケーションが少しラクになるヒントが得られます！

講師



渡部 直子 T-PEC認定講師 産業カウンセラー・キャリアコンサルタント
【プロフィール】流通系の企業に、企画部門の中心として長年従事。現在は独立し、メンタルヘルスの企業研修講師として活躍中。

「働きやすい職場作り」をモットーに、ストレスマネジメント、アサーション、ポジティブシンキング、傾聴、部下のメンタルヘルス、復職者支援、ハラスメント防止等の研修に携わっている。新入社員から管理職までを対象に、日本全国、年間100回以上の研修を実施しており、長年の企業人としての経験を活かした研修は、「わかりやすい、聞きやすい」との評価を得ています。

定員

100名（各事業所でのお申込み人数に制限はありませんが、定員を上回る場合は調整をお願いすることがありますので、予めご了承ください。）

申込方法

3月9日（月）までにメールにてお申込みください。

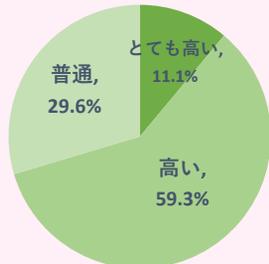
下記お問い合わせ先のメールアドレスへ下記必要事項を入力してください。

件名：【健保組合メンタルヘルスセミナー申込み】

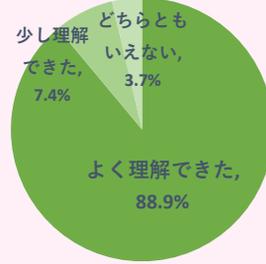
本文：お勤め先の事業所名・申込者の氏名・メールアドレスを入力し送信前日までにセミナー参加URLをメールにてご案内いたします。（メールが届かない場合はお手数ですが下記までご連絡ください。）

【アンケート結果】 2025.3.12開催 コミュニケーション研修

研修内容
の満足度



研修内容
の理解度



ご意見
ご感想

- ・傾聴力について改めてその必要性を認識することができた
- ・時代の差別をしない
- ・話しをする際、聞き手意識を相手に向ける(会話をさえぎらない) ことを実践していくようにする
- ・無意識のうちに、当方の考え方や急いだ結論を提案しがちである点に大いに反省しました
- ・講師の声が良く通っていて聞き取りやすかったです

【お問合せ先】

北海道コンピュータ関連産業健康保険組合 担当：堤

☎ 011-633-8353 ✉ hckenpo@coral.ocn.ne.jp