

メンタルヘルスオンラインセミナー

参加費無料
zoom開催

健康経営に取り組んでいる事業所様は必見です！

職場やチームで『相談しやすい』『声をかけやすい』空気をつくることは、メンタルの不調だけではなく、業務の質やコミュニケーション向上にもつながります。本セミナーでは、役職や担当に関わらず、日常のコミュニケーションの中でできる『見る・聴く』実践スキルを、心理的安全性の観点から学びます。また、メンタルヘルスにかかるIT業界の現状や、当健保組合の疾病動向や傷病手当金の支給状況についても説明いたします。

日時

10月8日（木） 14:00～15:00

テーマ

心理的安全性から学ぶ実践型ラインケア研修

内容

- ◎ イン트로ダクション
 - － IT業界の現状と健保組合の傷病手当金
- ◎ 実践力を身につける
 - － 周囲の変化に気づくポイント、見る・聴くの実践ワーク
- ◎ 心理的安全性について知る
 - － 心理的安全性とは
- ◎ 心理的安全性とメンタルヘルス・心理的安全性向上のために
 - － 人間関係を左右する関わり、心理的安全性を感じる行動あれこれ

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）

申込方法

10月6日（火）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。）

【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