

第1回 特別企画 メンタルトラブル予防のための

ストレスマネジメントセミナー

「仕事のストレスが強くなった」は昨年比で 7 割増。ストレスの原因の1位は「上司との人間関係」51%! (エン・ジャパン調べ 2009.3.17)

増え続けるメンタルトラブルは、人財を損ない、対策費を膨らませかねません。トラブルが発生してからの対応法ではなく、**発生させないための「イキイキとした心、やる気を育てる」日常的なコミュニケーションを管理職が実践すること、組織として取り組む**ことが、組織運営には必須の生産性向上の早道です。



講師は、JBM 専任講師 鈴木 裕子氏。昨年 12 月某大手 **コンサルティング会社のセミナーで受講者満足度月間 1 位!!** (年間でもベスト 10 入り!)。同セミナーでは、受講料 33,600 円 (税込) だったものを今回、コンパクトにまとめて **5,250 円 (税込) の特別価格** で実施します!!

開催日時 2009 年 5 月 19 日 (火) 13:30~17:00

■ **会場** (財)全水道会館 中会議室

都営三田線「水道橋駅」A1 出口徒歩 1 分、JR「水道橋駅」東口徒歩 3 分

■ **対象** 経営者、情報システム部門責任者、総務・人事部門責任者の皆さま

セミナースケジュール (休憩適宜)

13:30	<p>産業医が推奨する職場で実践したい予防策です</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ ストレス、ストレスマネジメントとは ストレスの種類やメカニズム、リスクヘッジの側面からの事例紹介。 エゴグラムによる自己のコミュニケーションのタイプ・ストレスを感じる傾向を学びます ■ ストレス解決のために「筋肉」→「心」のリラクゼーション法 ~プロの指導で行うとこんなに違います!~ ストレス解決法の紹介とリラクゼーションを実体験 ■ イキイキとした心、やる気を育てるコミュニケーション 自分が受けたら嬉しいコミュニケーションは他の人も望んでいるコミュニケーションです。「認める」こと、相手の話を「聴く」ことは、自分自身、部下・周囲の「心」を解きほぐし、前向きなエネルギーを引き出します。 知識・理論だけではなく、コミュニケーションとしても体感してください。
16:30	
17:00	<ul style="list-style-type: none"> ■ イキイキとしたスタッフを育てる当社の人材活性化策 株式会社テクネット 代表取締役社長 須田 騎一郎

講師 鈴木 裕子氏 株式会社 JBM コンサルタント専任講師・厚生省認定産業カウンセラー



大手電機メーカー入社後、10 年間にわたり一貫してメーカーグループ各社の人材育成支援業務に従事。教育体系改正・教育研修コースのプログラム開発、講師、運営、企画業務に携わる。
 企業講師として独立後は、心理学を専門的に学び、心理的なアプローチも備えた研修を得意としている。現場での経験が豊富で、鋭い観察力と受講生の立場にたった視線からきめ細かい研修・セミナー運営には定評がある。

お申込み要領

- 受講料 5 pt (テクネット会員企業様) または、5,250 円 (税込)
- 定員 30 名 申込み先着順
定員になり次第締め切らせていただきます。1 社 1 名でお願いしておりますが、ご相談ください
- 締め切り 5月8日 (金)
- お申込み方法
①「受講申込書」にご記入の上、ファクシミリでご送信ください
または、②「受講申込書」と同項目をメールでご送信ください
- お申込み受付・会場地図送付
お申込みをいただいた方には「受付確認書」と「会場地図」をご送信申し上げます
- 受講料お支払い方法
5月12日までに下記講座へお振込みください

銀行・支店名	三菱東京 UFJ 銀行 麹町中央支店
口座	普通預金 / 1409233
名義人	株式会社テクネット 代表取締役 須田騎一郎

- 受講お取り消し
5月15日 (金) までにご連絡ください。
18日以降ご欠席の際は、払い戻しいたしかねますのでご了承ください。
- 主催者 株式会社テクネット・株式会社 JBM コンサルタント
- 申込み・お問合せ先
株式会社テクネット 担当 中島
東京都千代田区一番町5番地 アトラスビル 6F
TEL 03-3221-1207/FAX03-3221-1250 Eメール sales@tec-net.jp

上記「お申込み要領」を承諾の上、申し込みます。

株式会社テクネット 宛

FAX

03-3221-1250

Eメール sales@tec-net.jp

受講申込書		メンタルトラブル予防のための ストレスマネジメントセミナー	
貴社名		受講料	5 pt / 5,250 円 (どちらかに○)
住所	〒 -		
電話		FAX	
お申込みご担当者			
	お名前	所属・役職	Eメールアドレス
お申込み 担当者			
受講 される方			

- ご記入いただいた個人情報は㈱テクネット、㈱JBMコンサルタント (以下両社と記載) の「個人情報保護方針」に従って適切に取り扱います。
(テクネット <http://www.tec-net.jp/corporate/main.php?mode=list&cat=6> JBM <http://www.ibmnet.on.arena.ne.jp/privacypolicy/>)
- ご記入いただいた個人情報は、本セミナー運営のため利用させていただきます。またセミナー講師に参加者名簿として提供することがあります。
- ご記入内容について、内容確認のご連絡をさせていただく場合があります。
- なおこの情報をもとに、今後両社からセミナー、サービスのご案内をさせていただく場合がございます。