

NEW!!

コースNo.

30

～ 人を大切にする企業の第一歩 ～

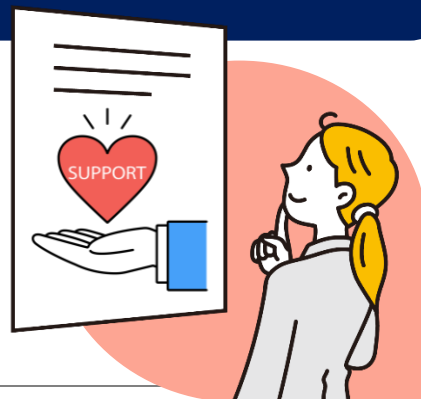
# 職場におけるメンタルヘルス

## 安心が、人と組織を強くする。

職場でのストレスは、誰にとっても身近な課題です。本セミナーでは、ストレス理論やモチベーションの考え方を基礎から学び、日常業務の中で活かせるストレスコーピング(ストレス対処)の方法を整理します。心の不調を未然に防ぐ視点や、周囲への関わり方を理解することで、安心して働ける職場づくりにつなげます。事例を交えながら実践的に学び、明日から活かすことができる1日講座です。

### 講習内容

ストレスの理論/ライフサイクルとメンタルヘルス/職場とストレス/  
ストレスコーピング ほか



開催日時	令和 8 年 4 月 28 日(火) 【時間】9:00～16:00 ※受付 8:30～ 開講式 8:50
開催場所	江刺産業技術交流センター(江刺中核工業団地内) 岩手県奥州市江刺岩谷堂字松長根 18 番 2
受講料	[会員] 4,000円 [一般] 6,000円
定員	15名 (会員優先枠:4名)
講師	新井 ひとみ 先生 (労務管理新井事務所代表:生産管理アドバイザー・認定心理士)
申込方法	電話またはFAXで仮予約をしたのち、下記①～②を添えてお申し込みください。 (InstagramのDMからも仮予約を受付けます) ①申込書(江刺高等職業訓練校長宛) ②受講料
申込締切	<del>令和 8 年 4 月 14 日(火)</del> <b>募集期間延長 → 4 月 24 日(金)</b>
携行品等	筆記用具、昼食
その他	<ul style="list-style-type: none"><li>・受講料の振込みによるお支払いを希望される場合は、事前にお問い合わせください。</li><li>・当日はお弁当の注文が可能です。ご希望の方は当日受付にてお申し出ください。</li><li>・感染症防止対策のため、マスクの着用(任意)および手指消毒等へのご協力をお願いします。</li><li>・申込締切後に、受講者のご都合によりキャンセルされる場合、受講料の返金はできませんのでご了承ください。※同一事業所内での受講者変更については対応できる場合がありますのでご相談ください。</li><li>・事前に仮予約をされている場合でも、締切日までに申込み手続きが完了しない場合はキャンセル扱いとなりますのでご注意ください。</li><li>・諸般の事情により、訓練日程の変更・増減・中止、また受講料やテキスト代の変更が生じる場合があります。あらかじめご了承ください。</li></ul>



Home page

## 職業訓練法人 江刺職業訓練協会

023-1101 岩手県奥州市江刺岩谷堂字松長根 18 番 2 (江刺産業技術交流センター内)



Instagram

TEL : 0197 (35) 5082 FAX : 0197 (35) 5542