

# 離職者軽減！メンタル不調者を出さない職場づくりに！

## ～人間関係構築のための使えるスキルを学ぶ～



### メンタルアップマネージャ®初級講座

メンタルアップマネージャとは、すべてのコミュニティにおいて、健全な人間関係を創るエキスパート資格です。働く人が一番ストレスを感じるのは、人間関係であることが厚労省データからも明らかです。人間関係改善に必須のコミュニケーション、ストレスマネジメント、ハラスメントの生きたスキルが身につく、ワークショップ型研修です。メンタルアップマネジメント2級習得講座では、人間関係構築のための使えるスキルを学びます。

前年度参加された方からは、「人間関係の構築の仕方について大変勉強になりました。」、「人とのコミュニケーションに大変参考になった。」、「とても楽しい講座で、更に詳しい講座を受けたい」などの意見をいただき、人気の講座です。

日時： 2019年6月4日(火)  
13:30～16:30

場所： 南納税協会 3階会議室  
(TEL 06-6762-2457 FAX 06-6762-5015)

主催： 公益社団法人 南納税協会

講師： メンタルアップマネージャ認定講師  
五十棲恵子 氏

#### ◆講師略歴

産業カウンセラー、キャリアコンサルタント、  
健康管理士上級指導員



企業に35年間勤務経験あり、現在はメンタルヘルス講師、コミュニケーション研修、健康管理指導、就職支援等を行っています。企業に35年勤務した経験をもとに、人との関わり方をお伝えします。誰もがイキイキと輝き、笑顔があふれる社会をめざします。

定員： 40名(先着順)

#### ◆講座プログラム概要

- ・信頼される聴き方
- ・言いたいことが伝わる伝え方
- ・セルフストレスマネジメント

体験的に学べますので、すぐ使えるスキルが身につきます。

#### ◆こんな方におすすめ

人事担当者、うまくいかない上司、部下がいる 人間関係をうまく築きたい、人からよく相談を受ける、 コミュニケーションスキルをアップさせたい方

★ひとつでも、あてはまれば、是非、受講してください。きっと、あなた自身の中で、解決策が見つかるはずですよ。そして、どんな場面でも有効な、行き違いのない人間関係の構築スキルの基本が身につきます。

#### ◆期待できる効果

- ・メンタル不調者を減らすだけでなく、一人ひとりのモチベーションを上げ、生産性もあがり、離職者の軽減にも役立ちます。
- ・信頼される聴き方、伝わる伝え方、ストレスマネジメントが身につく行き違いのないコミュニケーションによる「生きやすい人間関係」を創れます。

会 員 無 料  
他協会 2,000円  
一 般 3,000円

※お手数ですが、下記にご記入後FAXにてお申込下さい。

### ◇ メンタルアップマネージャ® 初級講座 申込書 ◇

公益社団法人

南納税協会宛 (FAX 06-6762-5015)

年 月 日

※受講票の送付並びに受付完了のご通知は致しません。

○をご記入ください

※ご記入頂いた個人情報、当協会の研修会・セミナーに関する連絡、確認、各種サービスに関するお知らせ等のみ使用させていただきます。

・会員 ・他協会 ・一般

会社名		氏名	
住所	〒	TEL	
		FAX	