

メンタルヘルスセミナーのご案内

メンタルヘルスの知識とスキルを習得し、活かしてほしい。

管理職向けのメンタルヘルス(ラインケア)、従業員向けのメンタルヘルスセミナー(セルフケア)をご提供します。

実施形式は、対面・集合形式又はオンライン形式のいずれかをお選びいただけます。

公認心理師や臨床心理士が、具体的で分かりやすく、明日から実践できる内容でお伝えします。

研修時間

90分/回

研修方法

対面・集合形式
オンライン形式

研修講師

公認心理師
臨床心理士

セミナーテーマ例

管理職・人事ご担当者向け

- 管理職のための職場のメンタルヘルス
- 管理職のためのストレスマネジメント
- 不調が疑われる部下や復職者への対応と注意点
- 傾聴トレーニング
- コミュニケーションスキルアップ講座
- 職場でおこるハラスメントの予防と対策
- パワハラを防ぐアンガーマネジメント
- 組織力強化のためのリーダーシップ研修

従業員向け

- ストレスとうまく付き合う
- アサーショントレーニング
- 事例から学ぶストレスマネジメント
- 自律訓練法トレーニング
- 豊かな人間関係を育むコミュニケーション
- アンガーマネジメント
- ワーク・エンゲイジメント向上
- 惨事ストレスマネジメント(CISM)

階層別向け

- 新入社員向けストレスマネジメント
- 中途社員向けストレスマネジメント

ストレスチェック活用

- イキイキと働ける職場をつくる職場環境改善

○お申込み方法

「メンタルヘルスセミナー申込書」をご記入の上、ご郵送又はFAXにて当組合 健康対策課までお送りください。なお、メールでのお申込みも可能です。お申込み後、業務委託先(株)フィスメックよりご担当者に実施方法等について連絡をさせていただきます。

【お問合せ先】

管工業健康保険組合 健康対策課
TEL03-3291-4540

○費用のご負担について

・オンライン形式・・・50,000円(税別)/回(100,000円/回を当組合と折半)
・対面・集合形式・・・65,000円(税別)/回(130,000円/回を当組合と折半)
※セミナー内容のカスタマイズ費用、講師にかかる交通費等上記以外の費用が発生した場合は貴事業所のご負担となります。

業務委託先
株式会社フィスメック
<https://www.fismec.co.jp>

〒101-0047 東京都千代田区内神田2-15-9
代表Tel. 03-3255-3698



メンタルヘルスセミナー申込書

標記のセミナーについて、次のとおり申込みいたします。

事業所記号	
事業所名	
ご担当者氏名	
電話番号	
希望するセミナー名	
実施方法	対面・集合形式 / オンライン形式
実施希望月	令和 年 月
セミナーに関する ご要望等	

※お申込に関する注意事項等

- お申込みは、本書をご記入の上、下記提出先までご郵送又は FAX にてお送りください。なお、メールでのお申込みも可能です。
- セミナーは、業務委託先(株)フィスメックから派遣される講師により実施いたします。講演時間は1テーマにつき90分です。
- セミナー内容の変更等については、ご要望があれば可能な範囲で対応いたしますが別途費用が発生する場合があります。(貴事業所ご負担)
- お申込み受付後、(株)フィスメックより実施方法等についてご担当者様に連絡をさせていただきますので、ご対応のほどよろしくお願いいたします。

【申込方法にかかるお問合せ先・提出先】

〒101-8325 東京千代田区神田駿河台 2-1
管工業健康保険組合 健康対策課
TEL 03-3291-4540 FAX 03-3291-4435
mail : taisaku@kankenpo.or.jp

※セミナーの内容等詳細については、(株)フィスメック（代表Tel03-3255-3698）にお問合せください。