

# メンタルヘルスセミナー 主な内容

## 仕事は「やり方」 時間は「使い方」 人生は「生き方」

1. 心の健康を考える ～メンタルヘルス活動の3大原則と職場の元気度～
2. 人のこころ(部下)を覗いてみたら ～心の特徴を考える～
3. 職場の活性化とリーダーの役割
4. ヒューマンスキル、テクニカルスキル、コンセプチュアルスキル
5. 自己啓発と自己変革 ～ストレス耐性と感性～
6. 事例で学ぶ メンタルヘルス不調の初期サイン
7. カウンセリングマインドを活用した対応とは ～日常会話と傾聴との違い～
8. メンタルヘルス不調者への対応と留意点

## 受講申込書

事業所・団体名					申込日 2023年	月	日
所在地	〒				TEL	(	)
					FAX	(	)
申込に関する担当者	氏名	フリガナ	所属部署・職名等				
E-mailアドレス	@						
庄内産業振興センターから講座・セミナー等のお知らせメールの配信を希望しますか？（希望する・希望しない・登録済）							
受講料・テキスト代のお支払方法 どちらかに☑をつけてください。		<input type="checkbox"/> 現金(初回講座の受付時)		<input type="checkbox"/> 銀行振込		受講決定通知と一緒に請求書をお送りします。 銀行振込の場合は手数料をご負担願います。	
受講者 1	氏名	フリガナ	性別	年齢	所属部署・職名等		
			男 女	歳			
受講者 2	氏名	フリガナ	性別	年齢	所属部署・職名等		
			男 女	歳			
受講者 3	氏名	フリガナ	性別	年齢	所属部署・職名等		
			男 女	歳			

申込書枠内に必要事項をもれなくご記入のうえ、FAXでお申込みください。

[受講申込者が一定数に達しない場合は、開催を中止することがございますので、あらかじめご了承ください。]

**FAX 0235-23-3615**

送信先／公益財団法人庄内地域産業振興センター 〒997-0015 鶴岡市末広町3番1号 TEL 0235-23-2200(代)

【個人情報の取扱いについて】 申込書にご記入いただいた情報は、お申し込みされた講座を受講していただくために必要な事務連絡等に使用するとともに、参加者名簿(記録用・講師用)作成及び今後の庄内地域産業振興センターからのセミナー情報の提供に使用させていただきます。また、「法令等で要求された場合」を除き、第三者に開示・提供いたしません。