

(受講料無料)

2023 (令和5年)

4月

産業保健研修会ご案内



【対象】 事業主、人事労務担当者、衛生管理者、保健師・看護師、安全衛生委員・安全衛生推進者、一般労働者 他

【Web研修会】 ホームページから申込可能です。

QRコード、または https://www.tottoris.johas.go.jp/?page_id=74 からご希望の研修会をクリックし申込フォームへお進みください。



研修・セミナー
ホームページ QRコード

日時・会場・テーマ・講師

～新入社員・若手職員向け～

『働く上で大切なセルフケアと相談力アップのポイント』

【内容】

新社会人の方は、新たな環境・人間関係に入っていくという意味で、これまでにない緊張とストレスを感じる時期です。心の健康を自己管理する上で重要なのは、心身の異常に気づき、早く対処することです。この研修では、ストレスによる心身の反応や自分の考え方の傾向について振り返りながら、メンタルヘルスの基礎知識とストレス対処法（ストレスマネジメント）を身に付けます。また、困った・悩んだ際の上司や先輩への相談のポイントを分かりやすく学びます。

※この研修は、企業の新入社員研修の一環としてご活用いただくことも可能です。また、産業保健スタッフ、管理監督者、労働者の方で、セルフケアに関心のある方も受講可能です。

【講師】

Career Bird（キャリアバード）代表/当センターカウンセリング担当相談員 上田 美鈴 氏

～リーダー・育成担当者向け～

『意欲を引き出す！新入社員の育て方』

【内容】

新年度に入り、初めて新入社員・若手職員の育成担当となった方を対象とした研修会です。「どのように育成して良いか分からない」「悩みを相談されたらどう対処する?」「辞めたい、と相談されたら…」新入社員への効果的な関わり方、傾聴の方法、相談の受け方等について、実践を交えながら、アサーション（相手の気持ちに配慮しながら自分の気持ちも大切に伝える伝え方）を用いたコミュニケーション方法について学びます。

※産業保健スタッフ、管理監督者、労働者の方で、人材育成に関心のある方も受講可能です。

【講師】

Career Bird（キャリアバード）代表/当センターカウンセリング担当相談員 上田 美鈴 氏

新入社員・若手 職員向け webライブ配信	4/ 7(金) 14:00~16:00	定 員：各日20社 (1社複数名受講可)
	4/14(金) 14:00~16:00	
リーダー・育成 担当者向け webライブ配信	4/20(木) 14:00~16:30	申込締切：開催日1週間前
	4/27(木) 14:00~16:30	

※ お申込された場合は、当センターから必ず受付確認の返信をさせていただきます。
お申込み後2、3日経過しても当センターからの連絡が無い場合は、お手数ですが下記の連絡先までお問い合わせ下さい。

※ E-mailアドレスをご連絡いただきますと、次回から研修会情報等をメールマガジンでご連絡させていただきます。

※ お申込み後、キャンセルされる場合は早めにご連絡ください。

※ 研修会申込票に記載いただいた個人情報は、当センターが行うアンケート調査又は各種お知らせに利用させていただきます。当センターが行う産業保健推進に関すること以外には使用いたしません。



鳥取産業保健総合支援センター

〒680-0846 鳥取市扇町115-1鳥取駅前第一生命ビル6F
TEL 0857-25-3431 FAX 0857-25-3432
ホームページ <https://www.tottoris.johas.go.jp/>

治療と仕事の
両立支援