



職場で働きやすい自分を作る

～メンタルヘルスのセルフケア～

近年の調査では、職業生活で強いストレスを感じる人は50%を超えています。ストレスの内訳として、仕事量・仕事内容・仕事の失敗や責任の次に、ハラスメントを含めた「対人関係」が多いです。昨今、職場のハラスメント対策が義務化された一方で、ベテラン世代社員は「自分たちが体験したこともない指導法」を求められ、若年層社員とのコミュニケーションに難渋し、ストレスを感じてしまうケースも増えています。

また同時に若年層社員からすれば、上司や先輩が提唱する「自分たちからは想像もつかない理論」を理解することが容易ではないために、職場での働きにくさを覚えてしまうケースも依然として多い状況です。

今回のセミナーでは、両世代の価値観の傾向を比較しながら、対人関係ストレスを軽減し、職場で働きやすい自分を作るために「どの世代の人にも大切なセルフケア」を説明いたします。世代を問わず、対人関係ストレスを感じる方にお聴き頂きたい内容です。国内では数少ない専門の産業医として、メンタルヘルス問題を多く手がけた講師が丁寧に説明いたします。皆様のご参加を心よりお待ちしております。

Program

- ①ストレスがもたらす影響 ②なぜストレスを感じるのか?
 - ③ベテラン世代と新世代の価値観の比較 ④なぜ分かり合えないのか? ⑤働きやすい自分を作る
 - ⑥まとめ・質疑応答など
- ※上記プログラムは、セミナー当日までに一部変更になる可能性もございます。

Profile

● 株式会社産業医大ソリューションズ
 医師 / エグゼクティブ・コンサルタント

クロ キ ヒロ アキ

黒木 弘明 氏

【略歴】

平成16年3月産業医科大学医学部医学科卒。日本鋼管福山病院、産業医科大学産業医実務研修センターを経て、一般財団法人西日本産業衛生会 健康管理部長、保健企画部長、特定医療法人北九州病院グループ メンタルサポート室室長を歴任。その間、中小企業や官公庁、大手企業の産業医として、メンタルヘルス対策を含めた健康管理業務に従事。平成28年より現職。多くの国内企業のメンタルヘルス教育や、セミナー講師を担当している。日本産業衛生学会認定産業衛生専門医。

開催日時・場所

2024年 7月11日(木) 13:00～16:00
 福岡会場 福岡銀行本店4階
福岡市中央区天神2-13-1
セミナールーム

2024年 7月18日(木) 13:00～16:00
 オンライン (Zoom)

開催方法 対面1回 / オンライン1回

対象 新入社員から経営層まで

定員 会場開催 30名 / オンライン開催 30名

受講料

会員：無料

非会員：1人 5,500円(税込)

※非会員様は請求書を後日送付いたします。

主催

FFG経営者クラブ、福岡銀行、熊本銀行、十八親和銀行、
 FFGビジネスコンサルティング

お申込み人数：全日程を通して1社2名様までの参加申込にてお願いいたします。

下記URLにアクセスの上、該当のセミナーのフォームからお申込みください。

<https://www.ffgbc.com/seminar/>

お申込期限：各開催日の5営業日前まで

お申込み
お問い合わせ先

TEL.092-723-2241
 FAX.092-721-9258

株式会社FFGビジネスコンサルティング内
 FFG経営者クラブ事務局
〒810-0001 福岡市中央区天神2-13-1
受付時間 9:00～17:00 (但し、銀行休業日は除く)

職場で働きやすい自分を作る～メンタルヘルスのセルフケア～

お申込み方法

1. 下記URLか右記の二次元バーコードよりアクセスの上、該当のセミナーのフォームからお申込みください。

<https://www.ffgbc.com/seminar/>

2. 研修会開催までにお申込み責任者様に「ご案内メール」をお送りします。



上記お申込みが難しい場合は、電子メールでもお受付しております。

電子メール 送信先: ffgkcj@ffgbc.com (FFG経営者クラブ事務局)

以下の情報をお送りください。

- ① 会員番号 ※ご不明な場合は未記入でも差支えございません。
- ② 貴社名
- ③ お申込み責任者様の氏名
- ④ ご参加者様の役職
- ⑤ ご参加者様の氏名(フリガナ)
- ⑥ 電話番号
- ⑦ 住所
- ⑧ お申込み責任者様のメールアドレス ※当日のご案内やZOOMのURLをお送りするアドレスです。
- ⑨ ご参加をご希望のセミナー日程
- ⑩ Sustainable Scale Index利用者であり、人財育成・研修応援プランの特典利用である場合は、その旨をご入力ください。

ご注意事項

【会場参加の場合】

- お申込責任者さまへ電子メールにて受講票をお送りいたします。当日、受付まで必ずご持参いただき、ご提出ください。
- 当日は12時30分より受付を開始いたします。
- キャンセル・ご変更の場合は、必ずFFG経営者クラブ運営事務局(092-723-2241)までご連絡ください。
- 体調がすぐれない場合は、ご参加をお控えください。

【オンラインご参加の場合】

- 受講者お1人につき、パソコン又はタブレット1台をご用意ください。
- カメラとマイクを常時オンにして参加いただく講座です。
- 同一会場から複数名が受講の場合、ハウリング防止のため、マイク付イヤホン又はヘッドセットで参加ください。
- 当日は12時45分までにZoomへの入室を完了ください。
- キャンセル・ご変更の場合は、必ずFFG経営者クラブ運営事務局(092-723-2241)までご連絡ください。

ご留意事項

※ご記入いただきました情報は、FFG経営者クラブ、福岡銀行、熊本銀行、十八親和銀行、FFGビジネスコンサルティング、株式会社産業医大ソリューションズにおいて、本セミナーの円滑な運営のためにのみ利用させていただきます。

※当日のセミナーの入退室管理は、FFGビジネスコンサルティングが行います。

※セミナーの録音、録画は固くお断りいたします。

※セミナーへのご参加が不適当と判断した場合には、セミナーへのご参加をお断りする場合がございます。

※インターネット接続にかかる通信料は受講者の負担となります。

※通信環境は、光回線、かつ有線で接続できるPCと環境を推奨いたします。通信環境によっては、音声・映像が途切れる等、障害が発生する可能性があります。

お申込み
お問い合わせ先

株式会社FFGビジネスコンサルティング内
FFG経営者クラブ事務局
TEL.092-723-2241 FAX.092-721-9258

〒810-0001 福岡市中央区天神2-13-1
受付時間 9:00～17:00 (但し、銀行休業日は除く)