

組合職員等ステップアップ講習会

「人材育成」と「セルフマネジメント」で職場を活性化!! ～ レジリエンス（折れない心）の鍛え方 ～

東京都中小企業団体中央会

組合員企業の社員の皆様も是非ご受講ください。

こんな方におすすめ

- 困難に打ち克つ力を身につけたい
- マインドフルネスに関心がある
- 仕事でストレスを抱えている
- 逆境に対して前向きになりたい
- プレッシャーに強くなりたい
- 感情をコントロールしたい

10/6 木

13:30～16:50

東京都中小企業会館

9階講堂

詳細は裏面をご覧ください

レジリエンスとは？

レジリエンス (resilience) とは、回復力、復元力、逆境力などと訳されますが、心理学上は「折れない心」などと定義され、強いストレス、プレッシャー、逆境や困難に直面したときに適応する精神力と心理的プロセスで、竹のように曲がってもすぐ戻る【回復力】、テニスボールのように凹んでも跳ね返すという【緩衝力】、新たな厳しい環境下でもやっていける【適応力】を指しています。「レジリエンス」は先天的なものではなく、誰でも鍛えることができます。

本講習会では、レジリエンスを高める技術を体系的に理解し、【感情のコントロール】（仕事や生活におけるストレスから心の回復力を高めるコーピング、マインドフルネスなどの方法）や、【自分の強みの活かし方】について学びます。

プログラム



時間	テーマ	講師
13:30 ～ 14:10	私が心がけている組合運営と職員の人材育成 ～しなやかで折れないマインドで 職場を元気に！～	品川区リサイクル事業協同組合カムズ 専務理事 宮沢正博氏
	《講師プロフィール》 平成7年、品川区内の資源回収業者が組織するカムズリサイクル協同組合（設立時の名称）の設立に組合員として参加。以来、組合事業として区のリサイクル施設の運営に尽力する一方、組合員同士の連携にも力を注ぎ、風通しの良い組織運営に努めている。	
14:20 ～ 16:50	職場活性化のための セルフマネジメント力向上法 ～レジリエンス（折れない心）の鍛え方～	株式会社ザ・アカデミージャパン プロフェッショナルトレーナー 窪田晃和氏
	《講師プロフィール》 専門分野は、レジリエンス、営業力強化、モチベーションアップ、OJT指導力強化、リーダーシップ開発、社内講師養成。さらに、新規事業・サービス開発のコンサルティングも行う。11年間の講師実績は約200社・1万5千人以上に及び、管理職から若手社員まで幅広い階層に対する指導経験を持つ。	

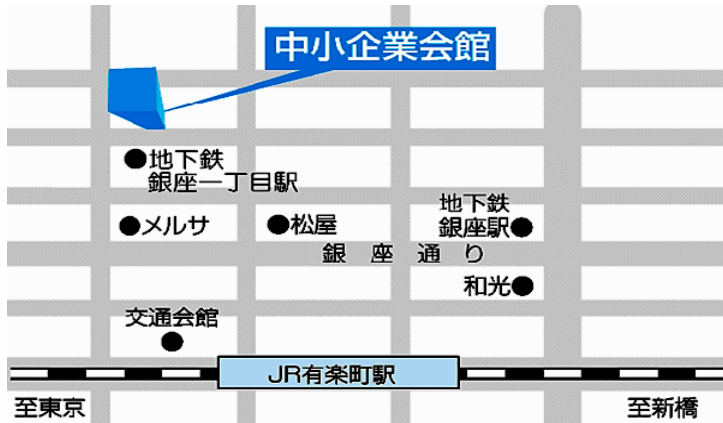
開催概要

受付開始
午後1時

- 【開催日時】 平成28年10月6日(木) 午後1時30分～午後4時50分
- 【開催場所】 「東京都中小企業会館 9階・講堂」
東京都中央区銀座2-10-18 (下記の会場地図を参照)
- 【受講対象】 本会会員組合の職員及び傘下組合員企業の社員
- 【受講料】 1人につき 1,000円 (当日、受付にて申し受けます。)
- 【申込締切】 平成28年9月26日(月)
- 【キャンセル】 9月27日(火)以降はキャンセル料として受講料の全額を申し受けます。
- 【申込方法】 下記の受講申込書に必要事項をご記入のうえ、平成28年9月26日(月)までにFAXにてお申込みください。
- 【定員】 66人 (定員になり次第、締め切らせていただきます。)
- 【お問合せ先】 東京都中小企業団体中央会 労働課 担当 田中・木下
電話03-3542-0388 (直通) FAX03-3545-2190

会場地図

東京都中小企業会館・9階講堂 (東京都中央区銀座2-10-18)



●交通手段

- 地下鉄有楽町線銀座一丁目駅
徒歩1分 (11出口)
- 地下鉄銀座線銀座駅
徒歩5分 (A13出口)
- 地下鉄丸の内線銀座駅
徒歩7分 (A13出口)
- JR有楽町線
徒歩10分 (京橋口)

東京都中小企業団体中央会 労働課 行

(平成28年10月6日(木)開催)

組合職員等ステップアップ講習会 受講申込書

「人材育成」と「セルフマネジメント」で職場を活性化!!～レジリエンス(折れない心)の鍛え方～

申込日 平成28年 月 日

組合・企業名		
勤務先住所	(〒)	
担当者氏名		電話: ()
受講者氏名		

※受講申込書記載の個人情報は、本講習会以外の目的で使用することはありません。

送信先 FAX 03-3545-2190