

参加無料!  
1社複数名参加OK!

毎年好評!  
申込50名超!  
早めにお申込みください!

水戸市委託  
若手社員向け研修

コロナ禍の

# コミュニケーション & メンタルマネジメント スキルアップセミナー

11/1月  
10:00~  
受付開始!

万全の感染症対策の上実施!

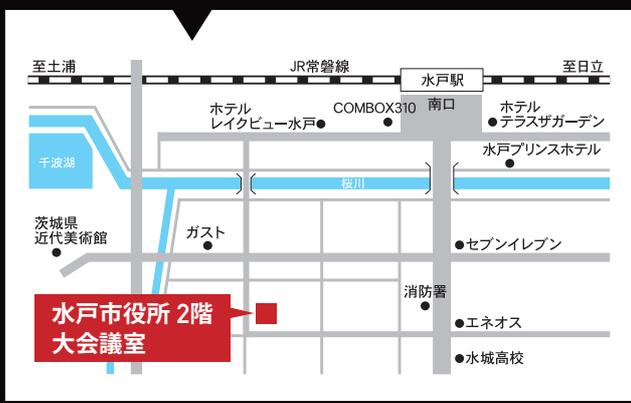
※状況によりオンラインに変更になることがあります。

日時 令和3年 **12/17** (金)  
9:30~16:30

会場 水戸市役所 2階  
大会議室  
(水戸市中央1-4-1)

これまで中小企業の人材育成は、人員・予算等の事由により、満足した研修等が実施できないなどの課題がありましたが、コロナ禍により「人の集まる場に参加させられない」「業績の見通しが立たず計画的・体系的な人材育成が組めない」「予算が確保できない」などにより、研修機会が減少しています。

また、若手社会人は、先輩上司とのコミュニケーションが取りにくくなり、関係構築が以前よりもうまくできない・相談しにくいことからストレスを抱えやすくなりました。コロナ禍の変化による、若手社員の離職を防ぐために、他者との人間関係構築・コミュニケーション法やストレスとの付き合い方を身につける研修を実施いたします。



対象 水戸市内に本社または事業所を置く **30名**  
企業の若手社員(新入社員~5年目程度)  
※1社複数名の申込み可 ※定員になり次第×切

申込 フォームより申込み。  
※雇用人材協会ホームページから  
フォームにアクセスできます。  
<https://forms.gle/7ngwEUdtP9TC9bsy7>

申込 11/30 (火) 18:00  
※定員になり次第×切



お申込みはこちら

企画・運営  
**EHC 雇用人材協会**  
いばらき就職支援センター 1F  
NPO法人雇用人材協会(水戸市三の丸1-7-41)

まずはお気軽にお問い合わせください!

問合せ  
TEL: **029-300-1738** 平日 9:15~18:00  
Mail: [jimukyoku@koyou-jinzai.org](mailto:jimukyoku@koyou-jinzai.org)

費用: 無料  
主催: 水戸市

コロナ禍の

# コミュニケーション & メンタルマネジメント

## スキルアップセミナーのご案内



**コ** ロナ禍においては、コミュニケーション機会が減少しただけでなく、取り方が多様になり、意思疎通が図りにくくなっています。研修では、状況に適したコミュニケーション手法を意図的に使い分けることで、思い込みや認識のズレをなくし、良好な関係構築ができる力を身につけていきます。また、自分の心理状態を理解することで、状態に合わせた思考・行動、他者とのコミュニケーションができ、ストレスマネジメントの方法を身につけることを目指します。



### プログラム内容

#### コミュニケーションマネジメント

- ☑ コロナ禍でのコミュニケーションとは？
- ☑ 思い込み・認識のズレをなくす3つの「きく」
- ☑ 相手との関係を強化するためのアサーション
- ☑ 報連相 ～タイミングと伝え方が命～
- ☑ コミュニケーション対応力を高める

#### メンタルマネジメント

- ☑ メンタルマネジメントのためのエニアグラム
- ☑ 変化適応診断で状態チェック
- ☑ 心理状態が変化するメカニズム
- ☑ 相手に合わせたコミュニケーションの取り方

※プログラム内容は変更することがあります。  
※感染症対策のため、検温・消毒・マスク着用等ご協力いただきます。  
※研修に必要な最小限のコミュニケーション・ワークを行います。

講師

川村 貴子 氏

米国CCE認定GCDF-Japan キャリアカウンセラー

キャリアカウンセラーとして、リクルートエージェント・リクルートなどで経験を積み、現在は株式会社アドバンスワーク・NPO 法人雇用人材協会を中心に、金融機関や民間企業の女性職員向け研修を実施。国の人事院や宮内庁職員向けの研修等も務めている。

## 11/1日 10:00～受付開始!

フォームより申込み。 ※雇用人材協会ホームページからもフォームにアクセスできます。

申込方法

1

「雇用人材協会」ホームページ

「水戸市スキルアップセミナー」

<https://forms.gle/7ngwEUdtP9TC9bsy7>

申込方法

2

QRコードからアクセス



雇用人材協会



申込期日

11/30 火  
18:00

※定員になり次第×切

早めにお申込みください!

企画・運営

**EHC** 雇用人材協会

いばらき就職支援センター 1F  
NPO法人雇用人材協会(水戸市三の丸1-7-41)

まずはお気軽にお問い合わせください!

問合せ

TEL: **029-300-1738**

Mail: [jimukyoku@koyou-jinzai.org](mailto:jimukyoku@koyou-jinzai.org)

平日  
9:15~18:00

費用: 無料

主催: 水戸市