

日本人のメンタルヘルス

こころすこやかに生きるヒント

ストレスとうまくつきあいながら、“こころすこやか”に、そして“たおやか”に生きるためのヒントをみんなで考える講座

2009年9月3日（木） 18:30～20:00 （受付 18:00～）

霞が関ナレッジスクエア【スタジオ】

■プログラム概要：

誰もが社会の在り方が大きく変化していると感じている現在。不安な気持ちやストレスを抱えている人も増えています。具体的にどのように社会が変わってきているのかを理解した上で、自分の現在の状況を見つめることにより、将来のイメージや目標を前向きに考えることができるのではないのでしょうか。ストレスとうまくつきあいながら、“こころすこやか”に、そして“たおやか”に生きるためのヒントをみんなで考える講座です。

全2回シリーズ

第1回 大きく変わる世界、とまどう日本

「うちの会社・・・」「うちの町・・・」よく耳にする「うち」という表現。これこそ日本ならではの閉鎖的で内にやさしい社会構造の現れ。一方、グローバルな世界は「きびしい」社会。「うち」社会になれている日本人が、どのようにグローバル社会に立ち向かっていけばよいのか。大きく変わる世界と、それに向き合わなければならない日本について考えます。



セミナーでは、参加者のみなさんに携帯電話で講師からの質問や、アンケートに回答していただけます。もちろん講師への質問もOK。集計結果はリアルタイムに表示されます。

第2回 日本のメンタルケア～米国事情に学ぶ～（案）

10月29日（木）18:30～



講師：伊庭野基明氏

（グローバルキャリアカウンセラー ビジネスコーチ）

東京都出身。1974年慶應義塾大学卒業。日本IBM勤務を経て、ノースウエスタン大学院ビジネススクールでMBA取得。その後リクルートで本社取締役、米国法人社長など17年間勤務、NYでコンサルティング会社（MHI）を設立。現在企業役員、企業契約アドバイザーなど。

日時

2009年9月3日（木）18:30～21:00（受付時間18:00～）
18:30～20:00 セミナー
20:10～21:00 懇親会

定員

・会場受講 50名
・ライブ配信受講 100名まで
（メンバー向け：受講費 無料）
（視聴環境については、お問い合わせ下さい）

費用

受講は無料です。
*懇親会参加費は霞が関ナレッジスクエアメンバーが2,000円、WEB会員及び一般の方が2,500円です。

申し込み方法

WEBサイトで、お申込みを受付中。
*お申込みには無料WEB会員への登録が必要になります。

開催場所



霞が関ナレッジスクエア

〒100-0013 東京都千代田区霞が関3-2-1 霞が関コンメンター
ショップ&レストラン 西館3階

- ・銀座線「虎ノ門駅」11番出口より徒歩1分
- ・丸ノ内線/千代田線/日比谷線「霞が関駅」A13番出口より徒歩6分