

考え方で変わる！！『ストレス予防と対応セミナー』を実施します！！

私たちは、日々仕事をする上で様々な心的負荷（ストレス）を感じているかもしれません。
今回は、ストレスの要因や予防策を学ぶことで、個人の心身の健康維持をはじめ、
安心して働くことのできる職場環境の構築を目的に、『ストレス予防と対応セミナー』を開催します！！



〈実施詳細〉

日時：2023年1月23日（月） 19:00～20:30

実施方法：①リアル（定禅寺通り館6階大会議室）
②リモート（各自デバイス）

対象：仙台三越で働く従業員の皆さん

参加費：無料

↓その他詳細や・参加申込みは以下のQRコード・リンクをチェック↓



～リンクはこちら～

〈講師のご紹介〉

一般社団法人 メンタルプロモート協会 代表理事
心理コンサルタント・メンタルトレーナー 飯田 文隆 様



東急百貨店に15年勤めた後、心理コンサルタントとして、これまでに4,000名もの相談対応や、コーチングを行いながら、心理学や、コミュニケーションスキルを教えるスクール運営をしている。
また、パリ五輪を目指しているマラソン選手で、箱根駅伝でも活躍した、三代目山の神『神野（かみの）大地選手』のメンタル指導を行うなど、メンタルトレーナーも務める。

～メンタルプロモート協会のHPはこちら～

〈お問い合わせ〉

担当：白鳥 里奈（小型店第1利府）・若山 ひかる（紳士・スポーツ）・工藤 翼（外商）・真山 諒（労働組合）

連絡先：内線：2673 外線：261-3185 FAX：224-2489（労働組合事務所）

