

# 企業・事業所等家庭教育サポート講座 ～開催報告～



日時 令和4年4月26日(火)16:00~17:00

参加人数 56名

実施企業 株式会社 ダイアナ (滋賀県野洲市三上1244)

テーマ 家庭でも職場でも役立つレジリエンス実践法

講師 山田 真由子氏(特定社会保険労務士)

会場参加とダイアナ様の社内配信システムを活用したオンライン参加の併用で、多くの方に参加いただくことができました。



\*社内配信スタジオにて



\*オンライン参加



\*会場参加

## 参加者の声(受講者アンケートより)

- 講師の方がお話上手でユーモアもあり、楽しく聴講することができました。今回教えていただいたことを自分自身や家族、周囲の人たちのストレスマネジメントに活用させていただきます。
- すごく分かりやすく理解でき、ストレス解決方法が改めて理解できました。ありがとうございました。
- このような研修は初めてだったので参考になりました。ストレスは目に見えないものなので、自分の体調とも向き合いながら、家族や周囲のストレスを早期発見していきたいと思います。3つのレジリエンス実践法は早速取り入れていきます。ありがとうございました。