

THE CARE FREE SEMINAR WELFARE INFORMATION

毎日頑張る 新社会人が意識すべきウェルネスのポイント

新入社員の皆さま、ご入社おめでとうございます！毎日出社することに少しずつ慣れてきた頃ですね。また、新しいお仕事にワクワクするお気持ちと共に、連休が明けて、お疲れが出てきた方もおられるのではないのでしょうか？ そんな新入社員の皆様に、知っておいていただきたい『ウェルネス・マネジメント』の考え方について、フリーセミナーでお伝えします。新入社員さんはもちろん、ご興味のある方はぜひご参加ください。

■内容詳細

- 1) ウェルネスを構成する9つの要素
- 2) 事例から学ぶ新入社員のトラップ
- 3) Z世代が知っておきたい ワークライフバランス
- 4) 困った時の相談窓口 - The CARE利用方法の紹介 -



株式会社With Midwife
代表取締役 岸畑聖月

このような方におすすめ！

- ✓ 「ウェルネス」「ワークライフバランス」を系統的に学びたい方、これからのバランスを再考したい方
- ✓ 仕事もプライベートも大切にしたい方
- ✓ 心や体、仕事で生きにくさを感じておられる方

ウェルネスとは？

ウェルネスとは、健康を身体の側面だけでなくより広義に総合的に捉えた概念で、米国のハルバート・ダン医師が『輝くように生き生きしている状態（1961）』と提唱したのが最初の定義です。その後、世界中の研究者らがウェルネスの解釈と追定義を重ね、人種、民族、国家、性別、性的指向、宗教、言語の違い、見地からの様々な解釈があります。また、社会情勢・時代によって人々のライフスタイルと価値観も変容していくなかでその概念も変化しています。今の時代を生きる私たちにとってのウェルネスの考え方を、最新の知見・オリジナルで制作したウェルネスシートも参考にしながら、ご紹介します。



開催日時：2022年6月1日（水）16:00~17:00

開催形式：Youtubeオンタイム配信（2週間の見逃し配信あり）

主催：株式会社 With Midwife（講師：代表取締役 岸畑 聖月）

お申込はこちら：https://withmidwife.jp/free-seminar_application_form/

お申込はコチラ



WITH MIDWIFE