

NEWS LETTER

今週のオススメコンテンツ＆ニュース動画をお届け!!

ビズアップ総研が厳選した、いま旬なコンテンツをピックアップ！

研修に、自己研鑽にお役立てください。

働く人のストレスとセルフケアを学ぶ「メンタルヘルス」研修

トップ > 時流テーマ研修 > メンタルヘルス(総合)



https://www.ejinzai.jp/categories/current/mental_health/?service=government

一般向け 株式会社MCプランディング 代表取締役／産業能率大学・自由が丘産能短期大学 兼任教員／経営学修士(MBA)・産業カウンセラー・経営士 宮本 実果 先生

- 【働く人のストレスとセルフケア】 ◎メンタルヘルスを知るための第一歩
- ◎2つのストレスを正しく知る ◎自分との対話習慣でストレスケア ◎相手に相談するストレスケア
- 【女性の健康リテラシー向上】 ◎企業で女性が活躍するための課題とは ◎女性の健康課題を知る
- ◎女性が活躍するために知っておくべきこと ◎女性特有の病気と不妊治療、フェムテックについて
- 【メンタルヘルスとキャリア形成】 ◎令和時代のワーク・ライフを知る ◎働く人が抱えるキャリアへの不安と期待とは ◎アサーションと合理的な考え方 ◎フレームワークを活用したメンタルヘルスとキャリア形成

人事向け 臨床心理士・社会保険労務士 涌井 美和子 先生

- 【導入編】 ◎事例と傾向 ◎メンタルヘルスの基礎知識 ◎サインと対応 ◎確認問題
- 【実践編】 ◎職場のストレス対策 ◎復職支援 ◎社会資源の活用 ◎確認問題
- 【応用編】 ◎コロナ禍のメンタルヘルス ◎ハラスメント対応 ◎トラウマのケア ◎確認問題

TOTAL



62min.

66min.

64min.

47min.

49min.

49min.

ゼロから始めるDXの学び(実践編1)

トップ > DX人材育成講座 > DXリテラシー



麗澤大学経済学部 教授 吉田 健一郎 先生

https://www.ejinzai.jp/categories/dx_humanresourcedevelopment/dxliteracy/?service=government#seminar-01

- ◎ どのようなIT基盤を整えるのか？
(クラウド・クラウドサービス／IoT (Internet of Things)／AI (Artificial Intelligence)／VR, AR、メタバース)
- ◎ これまで紹介してきたデジタルテクノロジーを自社でどのように活用できそうか？
(クラウドサービスによって、IT投資やIT資産の考え方方が大きく変化してきている／APIを組み合わせて、新たな価値を創造していくAPIエコノミー／DXのために覚えておいてほしいこと)
- ◎ どのように仕事(の流れ)を変えるのか？
(組織の中の業務と顧客に対する業務のDXの考え方／業務オペレーションのDXに重要なワークフロー／事務系の職場で利用が進むRPA(ロボティック・プロセス・オートメーション))

TOTAL



68min.

THIS WEEK

NEWS 動画 毎週毎曜日更新



金融・経済 | 社長の教科書

1 AIの活用法

株式会社小宮コンサルタント 代表取締役CEO 小宮 一慶 先生

教養 | 2025年問題と対策

2 第3回 2025年問題が企業に与える影響 (医療・介護業界・建設・運輸業界)

西岡社会保険労務士事務所 代表 西岡 秀泰 先生

ビズアップ総研の**公開講座【対面研修】**がスタート!!



NEW!!

ビジネスシーンに必須のベーシックテーマや階層別など、多数の研修をご用意！
少人数のため自組織へ講師を呼ぶことが難しいという法人様でも、研修コストを抑えて効果的な研修を受けることができます。また、ご来場いただいた他組織の皆さんや講師との情報交換・交流も可能です。
多人数・複数講座のお申し込みも受け付けておりますので、お気軽にご相談ください。

<https://www.bmc-net.jp/seminar/extension.php>

お問い合わせ

株式会社ビズアップ総研 www.bmc-net.jp

TEL : 03-3569-0968

E-mail : eigo@bmc-net.jp

