

社員研修のご案内

ストレス社会といわれる現在社会。働く社員の心身の健康管理は重要な課題でもあります。ぜひ、生き生きと働く社員のいる職場づくりをめざし、社員研修をご検討下さい。

(研修内容)

- ① ビジネスの基本研修
組織の仕組み、ビジネスマナー
仕事の進め方、報・連・相・・・
- ② 職場のコミュニケーション研修
話し方、聴き方、自己表現
上司、部下とのコミュニケーション
- ③ 職場のストレス対策
ストレスのチェック、対処法、ストレッチ、セルフケアとラインケアの研修

NPO法人ハートスターション連絡先

福岡市城南区片江5-1-45-401
糸島市波多江駅北2-12-1-601
電話/FAX：092-324-1443
携帯：080-7009-2570

HP：<http://heartstation-npo.org/>

- ①スターション楽天ブログ
- ②アメブロ <http://ameblo.jp/miraigijuku>
- ③facebook：Npo 法人ハートスターション

2008年に設立したNPO（非特定営利活動法人）

ハートスターションは、『人と関わりながら自己の成長と、自由で、健やかな生活を営むため』の場と空間を提供し、広げていく活動を行っています。

多くの人々が繋がり、ネットワークを広げ、未来の希望が見える“今”を、智慧を出し合い、協働し実践することで、確かな社会を実現させましょう。

理事長 藤本薫枝

福岡県認証：2009年2月24日

・20社活第4号—121

法人の活動内容

- 1 保険、医療又は福祉の増進を図る活動
- 2 社会教育の推進を図る活動
- 3 まちづくりの推進を図る活動
- 4 職業能力の開発又は雇用機会の各条を支援する活動
- 5 環境保護活動

入会のご案内

正会員	年間	¥5,000
賛助会員	年間	¥5,000
法人会員	年間	¥10,000

入会費 個人会員 ¥1,000

法人会員 ¥5,000

ハートスターション

のご案内



NPO法人ハートスターション

心身の健康づくり

- ❖ こころのカウンセリング
- ❖ ストレスケアカウンセリング
(心と身体を同時に行います)
- ❖ メンタルヘルス自己診断チェック表
- ❖ メンタルヘルスケア・セミナー
- ❖ ストレスマネジメント研修



(深呼吸法の体験)

ふくおかエコ発する事業

荒れた竹林の再生活動に取り組み3年目。
少しずつ竹林が蘇り、竹の利用効果も広がり始める。⇒ ボランティアの募集中！
11月9日(日)竹のランプ作り体験予定！

竹炭と竹炭の利用



人間関係づくり

- ❖ 「コミュニケーションの取りかた」GW
定例会 : 毎月1回
- ❖ 「支援者のためのグループワーク」
職場で、社会で人と関わる人のために
○毎月一回開催

✧☆人間力を磨き、自己の成長と、
健やかに生きていくため、
安全で安心して人と関われる
居場所を提供します。



ふれあい交流 & 環境活動

ブルーベリー農園



自然の中で体験し、生きる知恵を学ぶ場所！さらに、交流の場所、癒しの場所でもあります。

休耕地の活用で収穫した
ブルーベリー



就職支援

- ❖ 未就労者・学生・再就職者対象

就活塾開設

- ① 企業人としての基礎学習
- ② ビジネスの基本マナー
- ③ 自己分析と、適職チェック
- ④ 就職のための書類作成
- ⑤ 面接対策
- ⑥ 職場体験・職場訪問



キャリアカウンセリング

自分のキャリア形成のため、
お気軽にご相談ください

