

オープンセミナー

シリーズ「業績を上げるためのコミュニケーション講座」

# コミュニケーションが変われば 企業（組織）が変わる！



業績を上げるためのコミュニケーション講座」の第6講  
最終講を開催いたします。

今回のテーマは「どうすればストレスを軽くできるのか」です  
あなたは、ストレスを感じていますか？

日本人の約60%の人が、日々ストレスを感じていると言わ  
れています。ストレスが高まると心身の調子を崩し、ひどくな  
ると病気になってしまいます。病気になってしまうと仕事ど  
ころではありませんね。

今回は、ストレスとは何なのか。そして、ストレスを感じた時  
にどのように対応することで良い状態に近づけられるか、  
コミュニケーションを通して、学び体感して頂きます。

ストレスとは何か、どう関われば仕事のパフォーマンスに影響を及ぼすか、興味のあるあなたに是非ご参加頂きたいと思  
います。お誘い合わせの上ご参加下さいませ。

- 済 第1講: 部下との信頼関係
- 済 第2講: より良いコミュニケーション環境の作り方
- 済 第3講: 何故、あの部下と上手く付き合えないのか
- 済 第4講: 何故、あの部下と上手くつきあえないのか
- 済 第5講: 自己基盤を強化しよう
- ✓ 第6講: どうすればストレスを軽く出来るのか

2012年  
日時 **6月22日(金)** 18:30 ~ 21:00  
(18:00 受付開始)  
会場 **難波市民学習センター**  
(OCATビル4階)  
定員 **12名**  
※オープンセミナーですので、どなたもご参加いただけます。  
参加費 **3,000円** (税込) ※当日受付で集金



- ・地下鉄御堂筋線・
- 四つ橋線・千日前線
- 「なんば」駅下車
- ・JR「難波駅」上
- ・私鉄・近鉄「難波駅」
- 南海「難波駅」徒歩8分

● 講師 ●  
コミュニケーション研究所・代表  
**五十嵐 浩士**  
(いがらし ひろし)



1957年大阪生まれ、大阪育ち。  
外食チェーン「なか卯」に29年  
勤務。店舗勤務・店長を経て、本  
部でSV・トレーナー、新店立ち上  
げ・営業事務等の業務に携わる。  
本部で、社員教育を担当し、アルバイト・店長・本部社員・管理職  
と延べ2000名以上の研修を行う。この経験をもとに2010年  
に独立。  
現在、コミュニケーション研究所の代表ビジネスコーチとして活  
動中。

※過去の講座に参加された方、されなかった方、共にご参加いただけます。

☑ **第6講講座に参加します！**

ご参加者名 \_\_\_\_\_

電話番号 \_\_\_\_\_

メールアドレス \_\_\_\_\_

下記ご記入の上、FAXして下さい(メール申し込みも可)  
お申込み **FAX. 06-6713-7837**

連絡先 **五十嵐 浩士**(いがらし ひろし)  
お問い合わせメールアドレス [h.igarashi@coach-hiro.com](mailto:h.igarashi@coach-hiro.com)  
ホームページ <http://www.coach-hiro.com/>

セミナー後、講師を囲んでの懇親会(会費別途)に 参加します 不参加