

公益財団法人日本電信電話ユーザ協会  
和歌山支部ニュース

No.385 2022年10月1日発行

発行所

〒640-8519 和歌山県和歌山市一番丁5番地  
公益財団法人日本電信電話ユーザ協会  
和歌山支部

TEL:073-432-7740 FAX:073-494-3032

<https://www.pi.jtua.or.jp/wakayama/>

発行責任者 中村 扇一

～ストレスコントロールと職場のコミュニケーションづくりに役立つ心理学講座のご案内です～

# メンタルヘルス・ コミュニケーションカアップセミナー

再募集

この講座では、メンタルヘルスと交流分析の理論と活用法の基礎を学んでいただきます。

今のストレス症状を和らげたい、職場の人間関係をスムーズにしたい、もっとポジティブになりたい、コミュニケーション能力を磨きたいなど、「心のケア」による健康維持と仕事の活力アップにつなげてください。

当日は、ストレスチェックの実施と分析方法&職場の環境改善方法のヒントをご提案します。

## 日 程

【紀南会場】：2022年10月17日(月) 13:00～16:00  
ガーデンホテルハナヨ(田辺市文里2丁目36-40)

【和歌山会場】：2022年10月18日(火) 13:00～16:00  
和歌山商工会議所(和歌山市西汀丁36)

## 講 師

依藤 由香 (よりふじ ゆか) 氏

(株)NTTマーケティングアクトProCX ビジネスマナー主任講師  
(ユーザ協会 電話対応コンクール2017年度全国大会審査員  
電話対応技能検定S級講師<指導・試験官>)



## 内 容

### I メンタルヘルスについて考える

- ・ストレスの気づきとセルフケアの重要性
- ・ストレスの要因となるもの
- ・様々なストレス反応(行動面、身体面、心理面)
- ・ストレスを生みやすい思考のタイプ
- ・ストレスとうまくつきあう

### II 職場でのコミュニケーション

- ・思いやりのある伝え方
- ・ストロークの交換

質疑応答

## 参加費

- ・ユーザ協会和歌山支部会員様 **無料**
- ・一般の方 1名3,300円(税込)

## 定 員

各日程 10名 先着順、定員になり次第締切

## 申込方法

裏面にある参加申込書に必要事項をご記入の上、FAXをお送りいただくか  
ユーザ協会和歌山支部HP

<<https://www.pi.jtua.or.jp/wakayama/>> よりお申込み下さい。

## 申込締切

2022年10月11日(火)

なお、新型コロナウイルス感染拡大状況に応じて、中止する場合がございます。

## お問合せ

(公財)日本電信電話ユーザ協会 和歌山支部

TEL:073-432-7788 FAX:073-432-7800



FAX送信先：(公財)日本電信電話ユーザ協会  
和歌山支部

受付FAX番号：073-432-7800

メンタルヘルス・コミュニケーションカアアップセミナー  
参加申込書

|       |         |  |         |
|-------|---------|--|---------|
| 事業所名  |         |  |         |
| 区分    | ユーザ協会会員 |  | 一般      |
| 連絡責任者 | 部署      |  | 電話番号    |
|       | 役職      |  | FAX番号   |
|       | 氏名      |  | メールアドレス |

A (紀南会場) 2022年10月17日(月) ガーデンホテルハナヨ  
 B (和歌山会場) 2022年10月18日(火) 和歌山商工会議所  
 ↓参加希望会場に○をつけていただき、参加者氏名をご記入下さい。

|           |      |      |     |           |     |      |  |
|-----------|------|------|-----|-----------|-----|------|--|
| 希望<br>コース | A・B  | フリガナ |     | 希望<br>コース | A・B | フリガナ |  |
|           |      | 氏名   |     |           |     | 氏名   |  |
|           | A・B  | フリガナ |     |           | A・B | フリガナ |  |
|           |      | 氏名   |     |           | 氏名  |      |  |
| A・B       | フリガナ |      | A・B | フリガナ      |     |      |  |
|           |      | 氏名   |     |           | 氏名  |      |  |
| A・B       | フリガナ |      | A・B | フリガナ      |     |      |  |
|           |      | 氏名   |     |           | 氏名  |      |  |

※お客様の個人情報は、本セミナーの参加申込受付処理及び今後のセミナー等の案内以外には使用いたしません。

# 社員の「セキュリティ意識」が確認できる 「ウイルスメール攻撃」への対応訓練

※正式名称：標的型攻撃メール

ウイルスメール攻撃へ一番の対策は社員の「セキュリティ意識」です！

和歌山支部の会員様なら、毎年1回、最大10名様まで無料体験できます！

## ■ 訓練目的

近年、多くの企業でウイルスメール攻撃による被害(顧客情報・会社情報流出)が発生し、増加の一途をたどっています。もはやどの企業もいつ狙われてもおかしくない状況にあります。

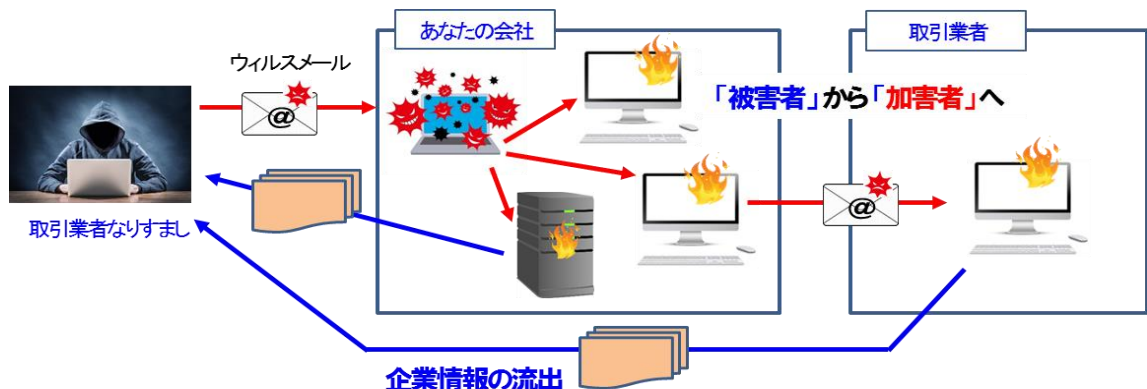
顧客情報が流出した場合、その対応費用として莫大な補償金等の費用が発生し、経営の危機に瀕する企業も少なくありません。今回の訓練を是非活用いただければと思います。

## ■ 訓練内容

1. 訓練用のウイルスメールを、指定の社員(1~10アドレス)に送り、的確な対応ができるかのテストを無料で実施(毎年1回実施可能)
2. 「簡易レポート」で実施結果をフィードバック
3. 学習用コンテンツを提供

## ■ 実施概要・申込み方法 ※年1回 最大10名様まで体験できます。

|         |                                |
|---------|--------------------------------|
| 第7回受付期間 | 2022年10月11日(火)~2022年10月26日(水)  |
| 第8回受付期間 | 2022年11月 5日(土)~2022年11月20日(日)  |
| 実施時期    | 連絡責任者様へ、別途メールにてご案内します。         |
| 申し込み方法  | 和歌山支部ホームページにある申込みバナーよりお申込み下さい。 |



詳細は和歌山支部ホームページ 「ウイルスメール攻撃対応訓練」をクリック！

URL : <https://www.pi.jtua.or.jp/wakayama/>

お問合せ先 / 日本電信電話ユーザ協会 和歌山支部 TEL : 073-432-7788

# いつでもどこでも、スマホでも！社員研修ができます！

## インターネット学習 **e** ラーニングサービス

### 社員は会社の「財産」です！

社員教育が必要と理解していても、「社員研修のやり方がわからない」、「場所がない!」、「費用は?」等と お悩みの方、ユーザ協会が提供するインターネット学習「eラーニング」なら **すべて解決します!**

和歌山支部の会員様なら、毎月1回、最大20名様まで、無料で受講できます!

### ■開催スケジュール等

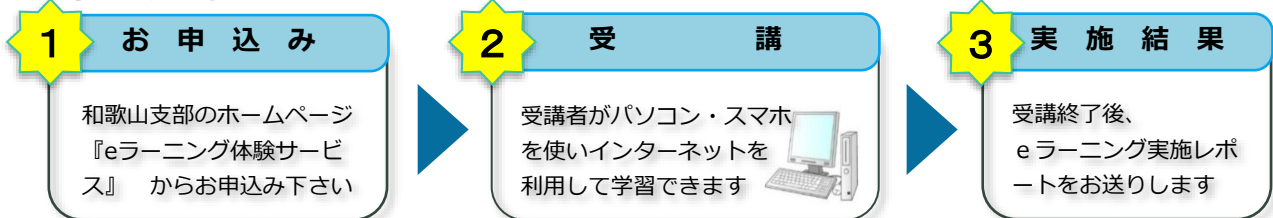
|             |                             |             |                                 |
|-------------|-----------------------------|-------------|---------------------------------|
| 第7回<br>受付期間 | 2022年10月1日(土)<br>～10月15日(土) | 第8回<br>受付期間 | 2022年11月1日(火)<br>～11月15日(火)     |
| 実施期間        | 2022年11月15日(火)<br>～12月6日(火) | 実施期間        | 2022年12月15日(木)<br>～2023年1月5日(木) |

### ■研修コンテンツ

講座内容は一部です、詳しい講座内容はホームページをご覧ください!

| 講座カテゴリ名       | 講座                             | 概要   |
|---------------|--------------------------------|--|
| 新入社員向け        | ビジネススキル<br>ビジネスマインド<br>ビジネスマナー | ビジネスに必要な基本的なスキルや、社会人として身に付けておくべきマナーやルールを紹介します。                                     |
| 若手～<br>中堅社員向け | RPAによる生産性向上<br>チームマネジメント       | RPA活用のポイントや導入事例など、業務自動化のこれらについて分かりやすく解説。<br>また、チームで仕事を進める際のチームリーダーとして必要なスキルを紹介します。 |
| 育成担当者向け       | コミュニケーション<br>指導と育成             | 仕事で良好なコミュニケーションを築くために有効な技術を紹介します。  |
| I C T 推進者向け   | RPAによる生産性向上<br>WEB集客入門         | RPAを導入することによるメリットや、成功のポイントをわかりやすく解説します。<br>インターネットで集客するための無償・有償施策が理解できます。          |
| 全員共通          | 情報セキュリティ<br>ハラスメント<br>テレワーク仕事術 | 日常起こり得るセキュリティリスクやハラスメントの代表的な事柄について学習します。<br>テレワークで仕事を進めるためのポイントを紹介します。             |

### ■申込みから受講までの流れ



詳細は和歌山支部ホームページ 「eラーニング体験サービス」をクリック!

URL : <https://www.pi.jtua.or.jp/wakayama/>

お問合せ先 / 日本電信電話ユーザ協会 和歌山支部 TEL 073-432-7788

スマホは  
こちらから

