

ストレスを「楽しむ」?!

済生会中央病院直伝!

働く人のための 心と体の整え方 セミナー&異業種交流会

港区立産業振興
センター 9F

2025.

08.04 月
17:00~19:00

良いビジネスは心と体が資本です

ストレスは実は必要だった?!

ストレスを、働くためのエネルギーに変換して、仕事のパフォーマンスをより向上させるために、ストレスを「楽しめる」ようになる。日々勤勉にビジネスに努める方々へ、活力をもたらすセミナーです。

セミナー後の異業種交流会では、集まったビジネスパーソン同士で名刺や情報交換はもちろん、ちょっとした悩みなども一人でため込まず、気軽に話せるようなコミュニティづくりを目指します。

こんな方におすすめ

- ・ついストレス解消を後回しにしてしまいがちな経営者やフリーランスの方
- ・メンバーのメンタルケアに悩んでいる管理職の方
- ・気軽に情報交換できる場を求めているビジネスパーソン

講師

白波瀬 丈一郎氏

東京都済生会中央病院 健康デザインセンター
センター長 特別院長補佐
厚生労働大臣指定 精神保健指定医
日本医師会認定産業医



健康デザインセンターでは、「病院の新しいカタチ」をデザインしています。病院を、病気や障害をもつ人だけでなく、健康な人も行ってみたい場所にするを目指しています。病院をもっと身近な存在に、健康づくりをもっと楽しいものにすることで、地域や社会で暮らす皆さんに貢献していきたいと思います。

プログラム

- 17:00 産業振興センター紹介
- 17:15 済生会中央病院紹介
- 17:30 セミナー開始
- 18:30 異業種交流会
- 19:00 終了 (予定)

無料

予約は
こちらから→



港区立産業振興センター

港区立産業振興センター

東京都港区芝5丁目36番4号 札の辻スクエア9・10・11F

TEL 03-6435-0601

<主催>港区立産業振興センター指定管理者 みなと・キャンパス・リログループ

(事業担当: 株式会社キャンパスクリエイト)

<協力>東京都済生会中央病院