

# リーダーのためのストレスケア

セルフケア

+

他者とのつながり

+

職場環境の改善

「疲れているリーダーさん集合！！」

ストレスにならないセミナーへようこそ！  
何かとストレスが溜まりやすい立場と言われるリーダーさんのストレスの要因と向き合い方や解決方法を一緒に学びましょう。



講師

**小池 昭雅**アイ・ウィッシュ株式会社  
代表取締役/CEO

ファシリテーター

**井戸 和宏**株式会社IDO  
代表取締役会長

日程

2025年 **12月18日** **木**  
14:00-16:00

参加費

一般：3,300円(税込)

IDO法人会員：2,970円(税込)

※プレミアム・ライト・ゴールドプランの法人の方は、追加料金なし  
でお申込みいただけます。(ライトプランは回数制限あり)

全国の仲間と学ぶオンライン研修です！ ZOOM（当日）＆ 動画視聴（後日）でどこでも受講可！

