

Mental Management Office. が行う4つのリスクマネジメント

テーマ	目的	項目（内容）
メンタル リスクマネジメント 研修	自身を掘り下げ、自己受容力、セルフコーチング力を高めることを目的とした研修	自己の利き感覚・イメージチェンジの効果 自己の認識タイプ・目標設定と目標達成
タイム リスクマネジメント 研修	時間管理、効果的な時間活用を目的とした研修	時間認識の確認・時間を増やす 見えないムダに気づく・効果的な時間活用術
アンガー リスクマネジメント 研修	適切な感情表現、感情のコントロールを目的とした研修	感情とは・自己主張のタイプ 自分の感情にフォーカス・他者の怒りへの対処
コミュニケーション リスクマネジメント 研修	人間関係におけるストレスやミスを軽減させることを目的とした研修	コミュニケーションとは・自他の違いと色彩心理学 色が表すタイプと対応法・色でみる人間関係相関図

	特典	概要	時間
A	事前研修及び面談	参加対象者に対してタイプ診断と事前研修実施 後日、診断結果をもとに責任者との面談	1,0時間×各1回：計2,0時間
B	課題のフィードバック 質疑応答	研修参加者に対し 課題へのフィードバックや質問への応答	1,5時間×どちらか1回 ：計1,5時間
C	管理者への面談	管理者に対しての面談 現状確認や方向性の確認などを実施	
D	個別カウンセリング	個別にカウンセリングを実施	1,0時間×2回：計2,0時間

期間中

A+(B or C)+D

の計5,5時間を含みます

— 料金 —

	内容	期間	料金	備考	支払い方法
体験	4つのテーマのうち 1種類から1項目のみ	2,0時間×1回	¥110,000- 税込、交通費別		ご一括のみ
1種のみ	4つのテーマのうち 1種類（4つの項目）	2,0時間×4回 月1回研修で4ヶ月	¥440,000- 税込、交通費別	特典 5,5時間 含む (A×1回+BorC×3回+D×3回)	ご一括、または、分割 (110,000×4回)
3種 (一年)	4つのテーマのうち 3種類（4つの項目ずつ）	2,0時間×4回×3種類 月1回研修であれば12ヶ月	¥1,320,000- ¥1,100,000- 税込、交通費別	特典 16時間 含む (A×1回+BorC×3回+D×3回) 人材開発支援助成金の条件を満たします	ご一括、または、分割 (99,000×1回+91,000×11回)
4種 全て	4つのテーマ全ての項目	2,0時間×4回×4種類 月1回研修であれば16ヶ月	¥1,760,000- ¥1,430,000- 税込、交通費別	特典 26.5時間 含む (A×1回+BorC×4回+D×4回) 人材開発支援助成金の条件を満たします	ご一括、または、分割 (93,500×1回+89,100×15回)

人材開発支援助成金とは、厚生労働省・都道府県労働局が実施している支援制度です。
研修費用、及び、研修参加者に対する時間給などに助成金が適用されます。

