

EQで叶える理想の毎日！

How do you feel?

2025女性活躍トスアップ事業

EQ感情マネジメントセミナー

「感情に振り回されない自分になる7つの習慣」

1回目

9/19

fri

19:00 ~ 21:00

2回目

11/1

sat

10:00 ~ 12:00

参加無料
託児あり

両日合わせての受講をお薦めしますが、
どちらかみの受講は可能です。

会 場

鯖江市役所 5階クリエイティブステーション

リーダーシップの
発揮

コミュニケーション
の改善

人材育成
組織づくり

自分とチームに最高の成果を生み出すために！

仕事に、家庭に、地域に。

さまざまな場面でリーダーシップを求められる今、

「感情」とどう向き合うかが、あなたの可能性を大きく広げます。

この講座では、EQを活用した感情マネジメントを学び、自分らしく
生き生きと輝くためのヒントを手に入れます。変化の時代をしなや
かに生き抜く力を、あなたに。

EQとは？

「こころの知能指数」とも呼ばれ、自分や他人の感情を正しく理解し、適切にコントロール・活用する能力のことです。自己認識、感情の調整、共感、対人関係のスキルなどが含まれ、人間関係や仕事の成功に大きく影響します。



株式会社アイズプラス代表取締役
講師 池照 佳代 氏

外資系企業での豊富な人事経験を経て、
EQ（感情知性）を活用した人材・組織開発の専門家として
独立。法政大学大学院MBA修了。年間1,000人以上のリー
ダー育成に携わり、感情マネジメントを軸に「心豊かに働
く」社会の実現を目指している。
著書に『感情マネジメント』（ダイヤモンド社）。

お問合せ

鯖江市ダイバーシティ推進・相談課

TEL 0778-53-2215

お申し込みは右のQRコードから
お申込みください

