

平成29年度

退職予定者講習会【早期退職者】のご案内

平成30年3月末に勸奨退職や普通退職で定年前に早期退職を予定している組合員の方を対象に、年金や医療保険などについての講習会を下記のとおり開催します。

- 募集対象者 平成30年3月末 早期退職予定組合員
- 開催日 平成29年11月14日(火)
- 時間 午前10時から午後4時終了予定
- 会場 茨城県市町村会館講堂 水戸市笠原町978-26
- 参加費用 無料 ※会場までの交通費は自己負担となります。
- 申込方法 共済事務担当課へお申し込みください。
- 申込締切日 平成29年9月28日(木) ※共済組合必着
- 昼食 希望者には昼食(お弁当)を用意しますので、参加申込みの際に併せてお申し込みいただき、昼食代(1,000円)は受講日当日の受付でお支払いいただきます。
- 講習内容
 - 年金制度について
 - 退職後の医療保険制度について
 - 退職後の福祉事業について
 - 退職手当について
 - 講演(退職後の生活設計に関する内容を予定)
 - 個別相談(年金・医療保険)



平成29年度

メンタルヘルスセミナーを開催しました

平成29年7月4日と6日に一般職の方を、翌7日には管理職の方を対象としたメンタルヘルスセミナーを開催しました。

受講された皆さんは、講演や演習をとおして、会話の大切さ、人の話を聴く姿勢や表現などのテクニックを学ばれました。

また、最後に筋弛緩法を学び、心身のリフレッシュがストレス緩和に効果的であることを実感されたと思います。

▼ セミナーを受講しての感想

【一般職向け参加者】

- ・自分の仕事に対する考えで、いっぱいになっていましたが、周りの人の気持ちに寄り添う余裕がなかったことに気づきました。自分と他人を比べてしまうことも多く、自分に足りないことを探す癖がついていました。足りないことではなく、自分の良い所探しをしてみようと思いました。

【管理職向け参加者】

- ・傾聴など、忙しさにかまけて忘れていましたが、再度考えることができよかったです。
- ・非常に勉強になりました。管理職として初めて知ったことも多く今後活かしていきたいと思います。

