

道関係各位

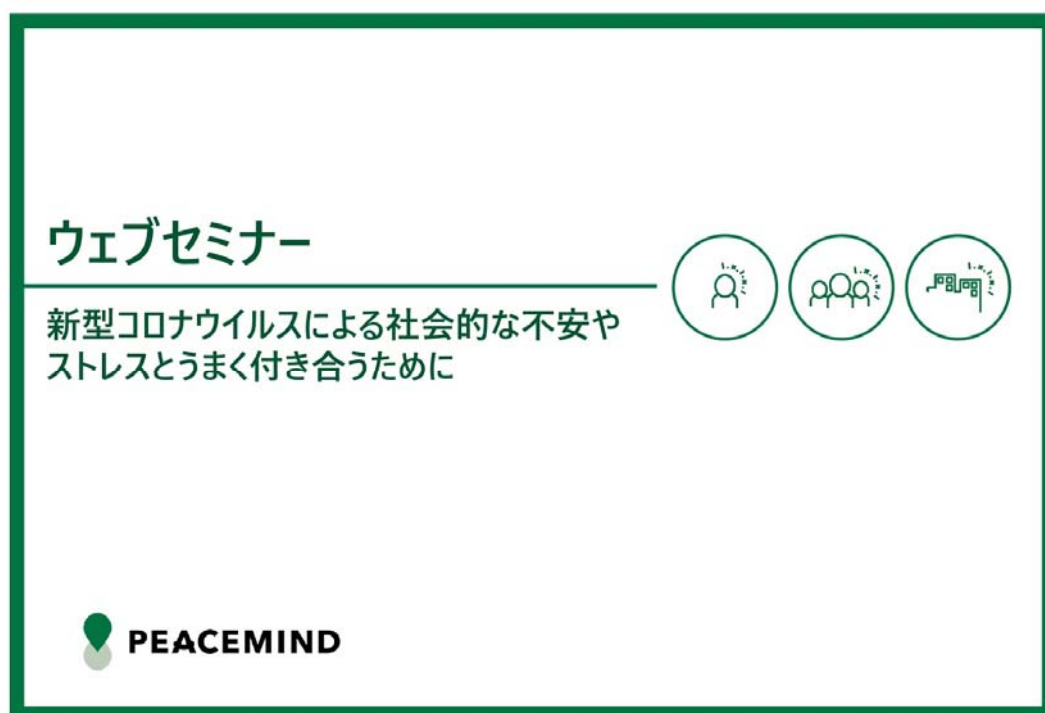
2020 年 3 月 19 日  
ピースマインド株式会社

---

「新型コロナウイルスによる社会的な不安やストレスとうまく付き合うために」  
臨床心理士による解説動画を無料公開

---

この度の新型コロナウイルス（COVID-19）感染症の拡大を受け、ピースマインド株式会社（所在地：東京都中央区、代表取締役：荻原英人）では、臨床心理士による解説動画「新型コロナウイルスによる社会的な不安やストレスとうまく付き合うために」を無料公開しました。



<背景>

新型コロナウイルス感染拡大のニュースは日々変化しており、テレワークや時差出勤など、日頃と違った働き方が求められることで、不安を感じていらっしゃる方も多いことと存じます。皆さまのセルフケアの一助となればと考え、本解説動画を無料公開するに至りました。

※本解説動画は、企業で働く皆様とご家族に向けて 3 月 12 日(木)に開催したウェブセミナーの録画です。弊社の臨床心理士が、新型コロナウイルスによる不安やストレスと上手に付き合うための「セルフケア」を中心に紹介しています。

＜「新型コロナウイルスによる社会的な不安やストレスとうまく付き合うために」概要＞

【流れ】

1. 今あなたが感じていることを知る
2. 不確実な事態に直面したときの私たちのころ
3. 自分のためにできること
4. 自分のために出来る限り避けること
5. 最後に

【所要時間】 約 30 分

【講師】

ピースマインド株式会社 ウェルビーイングラボ 所長 渋谷 英雄

公益財団法人日本臨床心理士資格認定協会 臨床心理士、公認心理師、国際 EAP 協会認定 国際 EAP コンサルタント、日本スポーツ協会「公認スポーツ指導者」コーチ

【費用】 無料

【視聴方法】 以下 URL より、視聴いただけます。

解説動画「新型コロナウイルスによる社会的な不安やストレスとうまく付き合うために」

<https://www.youtube.com/watch?v=WLCldRctxZU>

【参考情報】

「新型コロナウイルスに関するところとからだのケア情報」

新型コロナウイルス感染症対策について、参考となる情報をまとめてご紹介しています。

[https://www.peacemind.co.jp/kokoro-care\\_2](https://www.peacemind.co.jp/kokoro-care_2)

【本セミナーに関するお問い合わせ先】

ピースマインド株式会社 セミナー事務局 担当：林

TEL：03-3541-8656

E-mail: [pme-seminar\\_entry@peacemind.co.jp](mailto:pme-seminar_entry@peacemind.co.jp)

【ピースマインド株式会社について】

1998 年創業、日本・アジア地域における EAP サービスのパイオニア企業。アジア地域で唯一、国際水準の品質認証「産業医科大学メンタルヘルスサービス機関機能認定」を取得している民間企業です。「はたらくをよくするエコシステムを創り、いきいきとした人と職場を増やす」を企業ビジョンとし、健全で、心豊かな、明るい未来社会に貢献し続けることを目指

しています。

公認心理師・臨床心理士・精神保健福祉士・産業カウンセラー・保健師・看護師等の有資格社員および国内外の幅広いネットワーク体制で約 1,000 社・対象人数約 80 万人のサポートをしています。

名 称：ピースマインド株式会社

本社所在地：〒104-0061 東京都中央区銀座 3-10-6 マルイト銀座第 3 ビル 8F

代表者：代表取締役 荻原英人

創業：1998 年 9 月（設立 2004 年 3 月）

資本金：9,025 万円

従業員数：72 人（2018 年 12 月 31 日現在）

事業内容：EAP（従業員支援）サービス、ストレスチェックの実施、組織分析、職場改善支援、研修/コーチング、健康経営支援

HP：<https://www.peacemind.co.jp/>

**【取材等のお問い合わせ先】**

ピースマインド株式会社 広報担当

TEL: 03-3541-8660

E-mail: [press@peacemind.co.jp](mailto:press@peacemind.co.jp)