

2026 年 2 月 2 日

派遣スタッフの皆様へ

メンタルヘルスに有効なリロクラブ eラーニングの視聴について

派遣スタッフの皆様の「心の健康状態」がより良くなるよう、メンタルヘルスに有効な福利厚生倶楽部リロクラブの eラーニングについてご案内いたします。

視聴方法を参考にご視聴いただき、派遣スタッフの皆様の健康管理の一助にしていただければ幸いです。

<当社が推奨する eラーニング>

1. 休憩時間に身体も心もリフレッシュ～第一回「こころが落ち着く呼吸法」～
2. 【メンタルヘルス】悩みを抱え込まずに相談しよう
3. 【メンタルヘルス】ストレスへの上手な向き合い方
4. セルフケア研修「楽な気持ちで生きるための自己受容感」
5. セルフケア研修「メンタルヘルス」落ち込んだ心が軽くなる方法

～セルフ・コンパッション実践～

以 上

【視聴方法】

以下の福利厚生倶楽部サイトログインページを開いてください

<https://www.fukuri.jp/fkr/apps/log/AASC10111.cfm?reqLoginFlg=1>

①会員IDとパスワードを入力して「ログイン」ボタンを押してください

※パスワード登録がまだの方は、上記画面から「会員証」の会員IDと「会員証貼付台紙」の仮パスワードで本パスワードを登録してください



②右上の「RELO Eラーニング」ボタンを押してください



③新しいウィンドウが開き、「eラーニングはこちら」ボタンを押して
会員登録してから受講してください



④興味のある動画を選んで受講してください

福利厚生倶楽部
FUKURI KOSEI CLUB

マイページ 見つける コースマップ 学習サポート

ホーム

必須コースマップ [すべてのコースマップを見る](#)

ランキング

- 1 eLearning
ハラスメント
2024年改訂_ハラスメント 01:00:00
- 2 eLearning
ハラスメントを生まないコミュニケーション～グレーゾーン事例から考える～ 00:24:40
- 3 eLearning
情報セキュリティ
2023年改訂_情報セキュリティ 01:00:00
- 4 【睡眠と健康の重要性】こころも身体も健康でいるために 00:09:43
- 5 ハラスメント

<<当社が推奨するeラーニングはこちらからご覧ください>>

福利厚生倶楽部
FUKURI KOSEI CLUB

マイページ **見つける** コースマップ 学習サポート

コース

キーワードから見つける

例) コンプライアンス、ビジネスマナー [検索](#)

カテゴリーから見つける

コンプライアンス (110)	法務① (54)	法務② (60)	情報セキュリティ (59)
コンプライアンス基礎 (22)	インサイダー取引 (5)	独占禁止法 (8)	情報セキュリティ基礎 (33)
ハラスメント (38)	監査・役員・取締役 (12)	景品表示法 (6)	情報マネジメント (5)
個人情報保護 (22)	企業法務 (23)	金融商品取引法 (8)	情報漏洩 (5)
リスクマネジメント (9)	会社法 (6)	国際法務 (8)	SNS対策 (2)
内部統制 (15)	環境法 (2)	債権管理 (7)	不正ログイン・パスワード (3)
健康経営 (4)	取適法 (旧：下請法) (6)	知的財産権 (19)	ウイルス対策 (6)
		倒産法 (1)	ネットワーク (5)
		派遣法 (3)	

職種別スキル (19)

安全衛生・5S (19)

思考術・自己啓発 (25)

モチベーション (6)
ロジカルシンキング (15)
行動習慣 (2)
発想法 (2)

経済・政治・社会 (9)

経済 (9)

ヘルスケア・フィットネス (41)

ヘルスケア (6)
ストレッチ (5)
メンタルヘルス (30)

健康・ウェルネス (1)

メンタルヘルス (1)