

コースマップ事例

ヘルスケア 編

playse.ラーニング

カスタマーサクセス部(CS)です。

日頃お客様より、

「活用されている企業様はどのようにコースマップを組まれているのか知りたい。」

というお声をいただきます。

そこでコースマップ事例メルマガの第17回目ということで、

コースマップ事例とCS作成コースマップ例をお届けします。

「コースマップをどう組めばいいかわからない。」

「他社の活用方法を参考にしたい、取り入れたい。」

と感じられている際は、是非ご活用ください。

本メルマガは月に1度を目安に配信を行っております。

playse.ラーニング CS作成コースマップ

ヘルスケア 編

身体のヘルスケア

メンタルヘルス

セルフケア研修「質の良い睡眠の話」

コード : 21492
学習時間: 00:19:29

ストレスコーピング

コード : 20698
学習時間: 00:31:58

休憩時間に身体も心もリフレッシュ～第四回「仕事の疲れを取る腰のストレッチ」～

コード : 14791
学習時間: 00:07:58

セルフケアの基本～ストレス要因の見かたを変えてみる～

コード : 21225
学習時間: 00:04:30

休憩時間に身体も心もリフレッシュ～第五回「目の疲労回復」～

コード : 14792
学習時間: 00:07:14

レジリエンス

コード : 20702
学習時間: 00:34:42

休憩時間に身体も心もリフレッシュ

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」～

コード : 14788

学習時間: 00:05:31

休憩時間に身体も心もリフレッシュ～第二回「仕事の疲れを取る首のストレッチ」～

コード : 14789

学習時間: 00:08:16

休憩時間に身体も心もリフレッシュ～第三回「仕事の疲れを取る肩のストレッチ」～

コード : 14790

学習時間: 00:07:45

休憩時間に身体も心もリフレッシュ～第四回「仕事の疲れを取る腰のストレッチ」～

コード : 14791

学習時間: 00:07:58

休憩時間に身体も心もリフレッシュ～第五回「目の疲労回復」～

コード : 14792

学習時間: 00:07:14

playse.ラーニング コースマップ事例に関連するおすすめ教材

メンタルヘルス

コード

教材名

24676	・【うつ病・メンタルヘルス】うつ病になる人の共通点とは？精神を強くするアドバイス！
24677	・【職場のストレスを無くす】会社のしんどいを無くす！ストレスに負けずに働くには？
24678	・【うつ病にならない方法】免疫を上げるだけでうつ病にならない！？強いメンタル作り！！
24679	・【20代必見・ストレス打破】20代のストレスに打ち勝つ方法！イライラ・不安に負けないメンタル！！