

# 【健康経営推進セミナー開催のご案内】

主催：新潟商工会議所 教育福祉医療部会 共催：新潟販売士協会 新潟産業保健総合支援センター

## メンタルヘルス不調を未然に防止するには！ ～生き活きと働くための職場づくりと対策～

国を挙げて『健康経営』が叫ばれている昨今、働く人のメンタルヘルス不調が現代社会の大きな課題となっています。それは、企業にとっても会社経営を揺るがしかねない大きなリスクとなっています。一方、その予防策は多くの企業で十分に進んでいるとはまだまだ言えないのも現状です。

そこで本セミナーでは、『メンタルヘルスクエア』の大切さを理解し、職場の一人一人が生き活きと働き、高いパフォーマンスが発揮できるよう、明日からの職場づくりにどう活かしていくかについて、その対処方法をわかりやすくお伝えいたします。事業主、管理職、一般職、職場のメンタルヘルスクエアに関心のある方等、どなたでもご参加いただけます。この機会に是非ご参加ください。

### 【内容】

1. 働く人のメンタル不調の現状
2. ストレスの仕組みと不調の原因
3. ストレスチェック制度で  
セルフケアと職場づくり
4. ストレスをためないためのヒント
5. 働きやすい職場づくりのヒント

### 【講師】

新潟産業保健総合支援センター

産業保健相談員・メンタルヘルス対策促進員

ももつ れいこ  
百都 礼子 氏

(公財)新潟県保健衛生センターにて、ウェルネスディレクター・産業カウンセラー・保健師として企業及び働く人達の研修指導・メンタルヘルス相談を行っている。

日時

平成29年 6月29日(木) 16:00～17:30

会場

万代島ビル6階 会議室 (新潟市中央区万代島5-1)

参加費

無料

定員

100名 (定員になり次第締め切ります)

【申込方法】 下記参加申込書に所要事項をご記入の上、FAXにてお申込みください。

### 【連絡事項】

○受講票はお出しいたしません。定員超過によりお受けできない場合に限りご連絡いたします。

○駐車場は有料となります。(駐車券のサービスはありません) ○当日はクールビズでのご参加をお勧めいたします。

【問合せ先】 新潟商工会議所 会員サービス課 (担当：板垣) 〒950-8711 新潟市中央区万代島5-1 万代島ビル7F  
TEL 025-290-4411 FAX 025-290-4421

新潟商工会議所 会員サービス課 行 FAX 025-290-4421

「健康経営推進セミナー」受講申込書 \*業種は○で囲んでください

事業所名		受講者氏名	
事業所住所			
業種	製造・建設・卸売・小売・サービス・その他		
TEL	従業員数		人

\*ご記入頂いた情報は、商工会議所からの各種連絡・情報提供のために利用するほか、セミナー参加者の実態調査・分析のために利用することがあります。