

職場のメンタルヘルス対策セミナーを 開催します

従業員の心の健康づくりに取り組む事業所を支援し、働く皆さまのメンタルヘルスに関する知識を深めていただくため、職場のメンタルヘルス対策に関するセミナーを開催します。

今回は「メンタルヘルス対策って何をすればいいの？」という方に向けて、第一線で活躍する産業カウンセラーがメンタルヘルス対策の基本を分かりやすくお伝えします。

また、県保健福祉事務所の保健師による「ゲートキーパー講座」も同時に開催します。

企業の管理職や人事労務担当者、事業主、従業員の方々など、どなたでも聴講できますので多くの皆さまのご参加をお待ちしています。

講演 「職場のメンタルヘルスって何？」 ～今こそ基本に立ち返る。メンタルヘルス対策のノウハウ～

講師 なかむら社労士事務所代表
中村 光子 氏（産業カウンセラー）

講座 ゲートキーパー（自殺防止）講座

講師 長野保健福祉事務所 保健師

※ゲートキーパーとは、自殺の危険を示すサインに気づき、適切な対応を図る（悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聞いて、必要な支援につなげ、見守る）ことができる人のことです。家族や地域、職場、保健、医療、教育の場面など誰もがゲートキーパーになることができます。

- 日 時 平成30年8月9日（木）
13：30～16：00（受付 13：00～）
- 会 場 長野県長野合同庁舎 501～503 会議室
- 定 員 100名



お問い合わせ・お申込はこちら

長野県北信労政事務所 〒380-0836 長野市大字南長野南県町 686-1
電 話 026-234-9532 FAX 026-234-9569
メール hokushinrosei@pref.nagano.lg.jp

※裏面の申込書（写し可）を郵送、FAXまたは電子メールでお送りください。
北信労政事務所ホームページに受講申込書を掲載していますのでご利用ください。

<http://www.pref.nagano.lg.jp/hokushinrosei/index.html>



しあわせ信州



FAX: 026-234-9569

※ 7月31日(火)までにお申し込みください。

- * お申し込みは、原則 1 企業 1 名でお願いいたします。
- * 講演の定員以内であれば返信は、特に行いません。定員オーバーになった場合のみ連絡します。
- * お申し込みいただいた個人情報、他の目的に使用することはありません。

* お申し込みいただいた個人情報は、他の目的に使用することはありません。