

令和8年度 第2回 メンタルヘルス セミナー 開催のお知らせ

近年、心の障害が職場や職務に与える影響が大きく注目されています。
今回のメンタルヘルスセミナーは、組織の管理監督者自身がストレスについて正確な知識を持ち、所属員に危険信号が出た場合の対処法を具体的に学んでいただき、メンタルヘルス健康度を向上するための講座です。
ぜひ、ご参加ください。

日 時	令和8年11月6日(金) 13:30～16:30 (受付は13:00～)
会 場	東実健保会館 6階 大ホール (東京都中央区東日本橋3-10-4)
プログラム	ラインケア編 〈講 座〉「元気な職場づくりを目指して」 1. メンタルヘルスの現状と対策 2. ストレスチェックを有効活用するために ～職場環境改善の進め方～ 3. 今、職場に求められるハラスメント対策 〈体 験〉 ① 悩みを解決するカウンセリング効果の体験 ② 心と身体の凝りを解すタオルストレッチの体験  
講 師	(株)カイトック 皆川 芳弘 (専門：組織心理学、運動生理学)
参加資格	当組合加入事業所の職場の管理職、人事・総務担当者等
募集人数	60名
参加料	無料
申込方法	令和8年10月23日(金)までに専用の申込書に必要事項をご記入のうえ、FAXまたは郵送にてお申込みください。 ※申込書は当組合ホームページのNEWS & TOPICSの「イベント」からダウンロードできます。
参加決定	応募多数の場合は抽選とし、結果は申込み締切後申込者全員へ通知いたします。