

テーマ 「働く」「休む」「楽しむ」 バランス実現のために ～人手不足による過重労働と メンタルヘルスケアについて考える～

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。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はもちろん、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。

令和5年8月22日 (火)
13時30分～16時00分 (受付13時～)

受講
無料

どなたでも
ご参加
いただけます

会場

諏訪市文化センター 第一集会室
諏訪市湖岸通り5丁目12-18

講師

長野産業保健総合支援センター メンタルヘルス対策促進員
上原 広一 氏



長野県PRキャラクター『アルクマ』
©長野県アルクマ

在宅勤務をはじめとした多様な働き方の導入や、育児・介護・治療といったライフイベントと仕事の両立制度の整備が進む中、環境の変化や様々な制限に対する働く人の心のケアについて、第一線で活躍する長野産業保健総合支援センターのメンタルヘルス対策促進員がわかりやすくお伝えします。

ゲートキーパー（自殺防止）講座 講師 諏訪保健福祉事務所 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、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。

申込先

長野県南信労政事務所
メール nanshinrosei@pref.nagano.lg.jp
FAX 0265-76-6834
〒396-8666 伊那市荒井 3497 伊那合同庁舎内 (電話 0265-76-6833)
※ 裏面の申込書を メール、FAX または郵送で お送りください。

FAX 0265-76-6834
長野県南信労政事務所 行

心の健康づくりフォーラム受講申込書

(R5.8.22 南信会場)

事業所名又は団体名		電話番号	
メールアドレス		FAX	
氏名		職名	

会場のご案内

