

# コロナ禍における職場の メンタルヘルスケア

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、県福祉事務所保健師による「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、どなたでもご参加いただけますので、多くの皆さまのご参加をお待ちしています。

令和3年8月19日(木)  
13時30分～16時(受付13時～) 定員50名



長野県PRキャラクター『アルクマ』  
©長野県アルクマ

会場

長野県松本合同庁舎 講堂  
松本市大字島立1020

受講

無料

どなたでも  
ご参加  
いただけます

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

小野 育子 氏

新型コロナウイルス感染症対策が職場においても求められる中、それに伴う働き方の急激な変化や様々な制限が労働者に与えるストレスへの気づきと対処について、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易くお伝えします。

**ゲートキーパー（自殺防止講座）** 講師 松本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、話を聴いて、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、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れます。

申込先

長野県中信労政事務所

電話 0263-40-1936 FAX 0263-47-7828

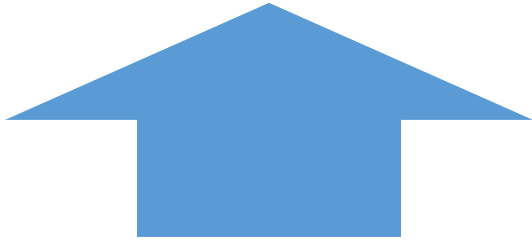
メール chushinrosei@pref.nagano.lg.jp

ホームページ <https://www.pref.nagano.lg.jp/chushinrosei/>

〒390-0852 松本市大字島立 1020 松本合同庁舎内

※裏面の申込書を郵送、FAX またはメールでお送りください。

※コロナ感染拡大により中止となった場合は、ホームページへ掲載し電話、FAX またはメール等にてご連絡致します。



FAX 0263-47-7828  
長野県中信労政事務所 行

令和3年度 心の健康づくりフォーラム受講申込書（令和3年8月19日中信会場）

組合名又は事業所名		電話	
メールアドレス		FAX	
氏名	ふりがな	労使一般別に <input checked="" type="checkbox"/>	職名
		<input type="checkbox"/> 労 <input type="checkbox"/> 使 <input type="checkbox"/> 一般	

- ◆お申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。
- ◆定員50名のため、お申込みは、各事業者・労働組合様1名のみのお申込みをお願いします。
- ◆申込は先着順とさせていただきます、ソーシャルディスタンスを踏まえ定員に達し次第締め切ります。
- ◆お申込みの受付に関して、定員内であれば返信は特に行いません。定員を超えた場合のみご連絡します。
- ◆コロナ対策としてマスクの着用・受付時のアルコール消毒と体温チェック・換気等に御協力ください。

会場のご案内

【主催者からのお願い】

会場の駐車場に限りがあるため、できるだけ公共交通機関をご利用ください。  
(タウンズニーカー西コース「合同庁舎」下車)



しあわせ信州