

第1回 人材不足の今こそ健康経営！
メンタルヘルスセミナー・個別相談会
 ～職場で取り組む従業員のメンタルヘルスケア～

**参加
無料**

現代社会において切っても切り離せないストレス。日頃からストレスをためないことが重要です！

●メンタルヘルスセミナー **無料**

「ストレス対応力向上で離職を防止！」

- 内 容**
- ①中小企業のメンタルヘルスの現状と課題
 - ②人間ドック+ストレスドック
 - ・手軽なツール（チェックシート）で、気づきの促進
 - ・キャリアアップを考えたらメンタルトレーニング
 - ③倉敷市保健所より
 - ・メンタルヘルスの現状と取り組み
 - ・悩む人に気づき、声かけしてみませんか？
～1人1人がゲートキーパー～

日 時 平成30年9月19日(水) 13:30～15:30

会 場 倉敷商工会館 2階 第3会議室

対 象 企業等の経営者・労務管理者・従業員

定 員 30名 (定員に達し次第締め切ります)

●メンタルヘルス個別相談会 **無料**

職場や生活環境において精神的な疲れや、悩みを感じていませんか？また、企業としてメンタル不調者への対応や組織環境づくりなど、ひとりで悩まず、この機会にお気軽にご相談ください。**セミナーで使用したストレスドックの総合分析とアドバイスも行います！**

日 時 平成30年9月20日(木) <<1組55分まで>>

- ①10:00～10:55 ②11:00～11:55 ③13:00～13:55
- ④14:00～14:55 ⑤15:00～15:55

会 場 倉敷商工会館 3階 第6・7会議室

対 象 企業等の従業員・経営者・労務管理者

定 員 5組 (定員に達し次第締め切ります)

※個別相談の内容は秘密を厳守いたします。

講師・相談員



秋山 幸子氏

株式会社 総合心理研究所 代表取締役

「メンタル経営」をキーワードに、企業の人事労務や人材育成から各種ハラスメント問題、シビアなケースへの対応まで、経験豊富なカウンセラーによる丁寧なサポートを行っています。

- (一社)日本産業カウンセラー協会認定 産業カウンセラー
- PMT (Personal Management Training) メンタルトレーナー
- 日本商工会議所 被災地応援カウンセラー
- 東京商工会議所 認定 健康経営アドバイザー
- 一般社団法人 日本ライフメンター協会 理事

お申し込み・お問い合わせ先

倉敷商工会議所 医療・福祉部会
 〒710-8585 倉敷市白楽町249-5
 TEL (086)424-2111(代) FAX (086)426-6911



『第1回 メンタルヘルスセミナー&個別相談会』参加申込書

倉敷商工会議所 医療・福祉部会 (FAX 086-426-6911) 宛

平成30年 月 日

<input type="checkbox"/> セミナー / <input type="checkbox"/> 個別相談会 (参加を希望されるイベントに✓を記入してください)	
事業所名	参加者氏名(連絡時のご担当者に✓を記入して下さい)
所在地	① <input type="checkbox"/>
電話番号	② <input type="checkbox"/>
“個別相談”を希望される方は、以下の項目を記入してください。時間調整の後、ご連絡致します。	
ご希望の相談時間	<input type="checkbox"/> ① 10:00～10:55 <input type="checkbox"/> ② 11:00～11:55 <input type="checkbox"/> ③ 13:00～13:55 <input type="checkbox"/> ④ 14:00～14:55 <input type="checkbox"/> ⑤ 15:00～15:55 ※複数の候補日を選択可(先着順)
相談内容	(例:ハラスメントについて/メンタルチェックを受けたい/社員のことで相談したい/解決したい問題がある 等)

※ご記入いただいた情報は商工会議所で責任をもって管理します。これらの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し、他の目的には使用しません。