

With コロナとメンタルヘルス

～危機管理下の自己管理を再考しよう～

コロナ禍の続く現在、世界規模でストレスが蔓延しています。日本では、Withコロナを掲げて、経済活動を推し進めています。先日、銀座で働く女性経営者が「進むも地獄、止まるも地獄」とテレビで答えていたのが印象的でした。私たちは、生きている限り、生活のために働き、お金を得ないと暮らしが成り立たないのですからWithコロナ時代の危機管理はもとより、個人の「意識」が大きく影響していくのは確かです。

産業カウンセラーの私は、3・4・5月の3か月間で、約百人の経営者層、管理職者層を中心にご相談を受ける機会がありました。コロナ騒動と働く人のストレスは、切り離して考えることはでき

ません。もう感染対策はもうろんのこと、社員のストレス管理や今年6月から強化されたパワーハラスメント防止対策については、企業経営において必須の課題となっておりま

ないと、つくづく思い知らされました。今回のこのコラムと共に、倉敷商工会議所会員の皆様には、『健康経営のための今どき自社ストレスチェックシート（裏面）』を配布させていただき、まずは自社の問題点にしっかりと向き合っていただくことにしました。特に、健康経営が実践されている我が国において、コロナ禍にあつて



執筆者・相談員

あき やま さち こ
秋山 幸子氏株式会社 総合心理研究所
代表取締役

- (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 顧問

「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。

個別相談会及びセミナー(予定)のご案内

裏面のチェックシートで当てはまる項目があった場合、以下の個別相談会やセミナーをご利用ください。個別相談会の詳細や申込み方法は、9月下旬発行の9月号会報巻末チラシにて、セミナーについては、10月下旬発行の10月号会報巻末チラシにてお知らせ予定です。

チェックシートは、面談時にご持参ください。

- 個別相談会 【第1回】 令和2年10月14日(水) 10:00～16:00 ※1事業者50分5社限定
- 個別相談会 【第2回】 令和2年11月17日(火) //
- 個別相談会 【第3回】 令和2年12月8日(火) //
- セミナー 令和2年12月7日(月) 14:00～16:00 ※テーマは調整中

なお、新型コロナウイルス感染症の影響でオンラインでの開催、もしくは中止となる場合がございます。あらかじめ、ご了承ください。

お問い合わせ先

倉敷商工会議所 医療・福祉部会 (相川・中村)

〒710-8585 倉敷市白楽町 249-5 (2階) TEL (086)424-2111 FAX (086)426-6911

倉敷商工会議所
地域と協働する商工会議所を
目指しています。

健康経営のための

「今どき 自社ストレスチェック」

下記の項目で当てはまるものがあれば、☒ をしていきましょう。

- ☐ check! 年1度のストレスチェック実施で困っている。
- ☐ check! 6月1日施行のパワーハラスメント防止対策(中小企業は2年間猶予有り)をすっかり忘れていた。
- ☐ check! Withコロナを含めて、今後の健康経営対策を確認しなければと考えている。
- ☐ check! 今後、海外出張に行くのが不安だという社員がいる。もしくは相談されている。
- ☐ check! 国内外問わず、出張拒否の社員がいる。もしくは、それを理由に離職を考えている社員がいる。
- ☐ check! 会社業務のテレワーク化に不安がある。
- ☐ check! 売上げが落ちたため現在の福利厚生をどうしたら良いか検討中。もしくは困っている。
- ☐ check! 新型コロナウイルス感染症発生以降、ストレスが高くなったり不安を訴える社員がいる。
- ☐ check! 新型コロナウイルス感染症への対策について、どうしても不安が残る。
- ☐ check! 売上げが減少して先々不安や焦りが強い。
- ☐ check! 今年2月以降、会社の将来や人生に希望が持たなくなっている。

【ご 案 内】

当てはまる項目がある場合、倉敷商工会議所において開催予定のメンタルヘルス個別相談会(企業・社員・社員の家族も可)やセミナー、専門家や経営指導員等による相談窓口をご利用ください。
チェックシートは面談時にご持参ください。

詳しくは、倉敷商工会議所までお問い合わせください。

担当：倉敷商工会議所 医療・福祉部会 相川・中村 電話：086-424-2111

第40回

会員事業所

健康診断のご案内



倉敷商工会議所では、会員事業所の皆様の健康管理・福祉向上に役立てていただこうと、毎年健康診断を実施しております。この機会に、是非受診されますようご案内申し上げます。

特 色

- * 短時間で受診できます。
- * 生命共済制度加入者は割引料金になります。
(未加入の方は、加入をご検討ください)

健康診断日

10月2日(金)・7日(水)・8日(木)・9日(金) … 午前中

健康診断場所

倉敷商工会館 (10月7日・8日・9日)
水島第一病院 (10月2日・9日)

健康診断料

区 分	Aコース (胃検診なし)	Bコース (胃ペプシノゲン検査含)
会員事業所料金	9,500円	12,500円
共済加入者料金	7,000円	10,000円

★今年度は胃レントゲン検査はありませんのでご注意ください

健康診断項目

内科問診、身長、体重、腹囲、視力、聴力、血圧測定、心電図、肝機能・脂質等血液検査、尿検査、胸部レントゲン検査、B：胃ペプシノゲン検査

◎ペプシノゲン検査……血液検査で胃粘膜の状態を知ることにより異常を発見するものです。

健康診断機関

倉敷成人病センター 倉敷市白楽町250 TEL (086) 427-3333
水島第一病院 倉敷市神田2-3-33 TEL (086) 444-5333

申込期限

9月4日(金) 17時迄 定員 300名 (定員に達し次第、締切らせて頂きます。)

新型コロナウイルス感染防止対策を行います

- ★会場にお越しの前に検温をお願いします。(37.5度以上の場合は連絡をお願いします)
- ★ご受診の際には必ずマスクの着用をお願いします。
- ★3密を避けるため、入場制限等をさせていただくことがあります。

お問い合わせ
お申込方法

申込書にご記入のうえ当所窓口まで現金を添えてお申し込み下さい。
後日、受診日程及び問診票等を郵送いたします。

倉敷商工会議所 倉敷市白楽町249-5
TEL.(086)424-2111 FAX.(086)426-6911



倉敷商工会議所
地域と協働する商工会議所を
目指しています。

倉敷商工会議所
第40回会員事業所健康診断申込書

受理No. _____

倉敷会場 10月7日・8日・9日

水島会場 10月2日・9日

氏 名	性別	生 年 月 日	会 場	健康診断希望日	希望コース
	男・女	昭平 年 月 日	倉敷・水島	月 日	A ・ B
	男・女	昭平 年 月 日	倉敷・水島	月 日	A ・ B
	男・女	昭平 年 月 日	倉敷・水島	月 日	A ・ B
	男・女	昭平 年 月 日	倉敷・水島	月 日	A ・ B
	男・女	昭平 年 月 日	倉敷・水島	月 日	A ・ B
	男・女	昭平 年 月 日	倉敷・水島	月 日	A ・ B
	男・女	昭平 年 月 日	倉敷・水島	月 日	A ・ B
	男・女	昭平 年 月 日	倉敷・水島	月 日	A ・ B
	男・女	昭平 年 月 日	倉敷・水島	月 日	A ・ B
	男・女	昭平 年 月 日	倉敷・水島	月 日	A ・ B
	男・女	昭平 年 月 日	倉敷・水島	月 日	A ・ B

健 診 料

会員事業所

A… 9,500円× 名
B…12,500円× 名

生命共済
制度加入者

A… 7,000円× 名
B…10,000円× 名

健診料 _____ 円 を添えて申込みいたします。

〒 _____
所 在 地 _____

事業所名 _____ (印)

担当者名 _____ TEL _____

◆お申込にあたりご要望（具体的な時間等）がありましたらご記入ください

※なお、申込状況により日程調整等させていただき、ご希望に添えない場合がありますので、ご了承ください。
※ご記入頂いた情報は、健診機関及び当所で健康診断の受付・連絡・健診結果の送付のために利用するほか、当所からの各種連絡・情報提供のために利用します。

優良商工従業員表彰について

倉敷商工会議所

会員事業所永年勤続優良商工従業員表彰を下記により行いますので、該当者をご推薦くださいますようお願い申し上げます。

記

1. 推薦対象事業所 倉敷商工会議所の会員であり、会員歴が3年以上の事業所であること。

2. 被推薦者数 1事業所
・従業員数50名未満…………… 1名
・従業員数50名～99名…………… 2名以内
・従業員数100名以上…………… 3名以内
(ただし、満30年以上の勤続者については別に1事業所2名まで推薦できます。)

3. 表彰の要件 下記表彰規程(抜粋)に該当する方で、これまでに表彰されたことのない方。
ただし(3)または(4)に該当する方は再推薦することができます。また(3)に該当する方には、日本商工会議所会頭ならびに倉敷市長表彰があります。

表彰規程(抜粋)

9月1日現在、当所会員事業所に勤務し、次の各項のいずれかに該当するものであって事業所代表者の推薦に基づき審査委員会で選考のうえ、常議員会において決定する。

- (1) 満10年以上勤続し、勤務成績優秀にして他の模範に値するもの
- (2) 機械器具などを発明、考案または改良し、企業の発展あるいは産業の振興に寄与貢献したもの
- (3) 勤続30年以上で勤務成績優秀なもの
- (4) 前各項のほか特に功労顕著なもの

4. 推薦書受付期限 令和2年9月30日(水)
当所ホームページよりお申し込みください。
※窓口への来所はご遠慮願います。
ネット申込が困難な場合は、別の方法をご案内しますので、ご用命ください。

5. 表彰 申込者には11月上旬に改めて詳細をご案内いたします。

6. お問い合わせ先 倉敷商工会議所
TEL (086) 424-2111
URL <http://www.kura-cci.or.jp/>

お申し込みは
こちらから！

