

心の健康づくりフォーラム開催のご案内

|  |  |
| --- | --- |
| 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。

長野県上田合同庁舎 ６階 講堂

上田市材木町1-2-6

会場

講師

令和５年７月11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



長野産業保健総合支援センター

産業保健相談員・メンタルヘルス対策促進員

高橋 知也　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　上田保健福祉事務所　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

長野県東信労政事務所

電話　 0268-25-7144 FAX　0268-23-1642

メール　 toshinrosei@pref.nagano.lg.jp

〒386-8555　上田市材木町1-2-6　上田合同庁舎内

※裏面の申込書を郵送、FAXまたはメールでお送りください。

《主催》長野県東信労政事務所　《共催》長野産業保健総合支援センター

FAX　0268-23-1642

長野県東信労政事務所　行

**心の健康づくりフォーラム受講申込書**

（R5.7.11　東信会場）

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 事業所名又は団体名 |  | | 電話番号 |  |
| メールアドレス |  | | ＦＡＸ |  |
| 氏名 | | 労働者と使用者の別  （いずれかに☑） | | 職名 |
|  | | □労働者　　□使用者　　□一般 | |  |

**会場のご案内**

