

管理者・リーダーのための

# メンタルヘルスセミナー

## 心の健康教育が企業を支える時代 生き生きと働ける職場環境づくりを

変化の激しい時代、産業は構造変化とさらなる成長・発展を続ける一方で、人の心は未熟になったと言われ、働く人のメンタル不調が現代社会の大きな課題となっています。このセミナーでは、職場のメンタルヘルスケアにおける管理者・リーダーの役割を理解し、メンタル不調者を出さないために、部下との良好なコミュニケーションや相談対応のために必要なラインケア、ストレスコントロール等について学びます。

### 講座日程と受講者募集

開講日時：2016年 **8月5日(金)**  
9:00～17:00

会場：庄内産業振興センター 研修室

受講料：6,000円(消費税込)

対象者：リーダー、管理者、人事・労務担当者等

募集人数：20名

申込締切：2016年 7月28日(木)

### プログラム

1. 心の健康を考える ～幸福に生きるために
2. ストレス耐性と感性 ～ストレスに負ける人、負けない人
3. ストレス反応と対処法 ～ストレスの受け止め方
4. 管理者が果たすマネジメントの7つの能力
5. ライン・人事担当者等によるケア
6. 自分自身のストレスコントロール
7. ストレスとの上手な付き合い方

### 申込方法

裏面の「受講申込用紙」に必要事項をご記入のうえ、FAXでお送りください。インターネットホームページでもお申し込みができます。



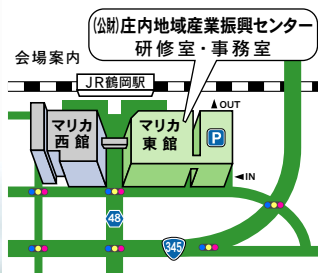
### 講師

一般社団法人  
新潟県労働衛生医学協会  
常務理事

**大西 金吾 氏**

新潟県南魚沼市出身。日本能率協会では社員教育研修事業や展示会事業に携わった後、(一社)新潟県労働衛生医学協会において健康増進分野の各種研修を担当、健康づくり教室や官公庁・企業対象のメンタルヘルスセミナー、管理職マネジメントセミナー等の講師として年間150回以上(通算4,000回)の講演・セミナーを実施、心と体を元気にする講演に定評がある。

日本産業カウンセラー協会登録 産業カウンセラー、中央労働災害防止協会登録 心理相談員。



**庄内産業振興センター**

公益財団法人 庄内地域産業振興センター

公式WEBサイト <http://www.shonai-sansin.or.jp/>

〒997-0015 山形県鶴岡市末広町3番1号 マリカ東館3階

TEL.0235-23-2200 FAX.0235-23-3615

公式Facebookページ <https://www.facebook.com/shonai.sansin>