

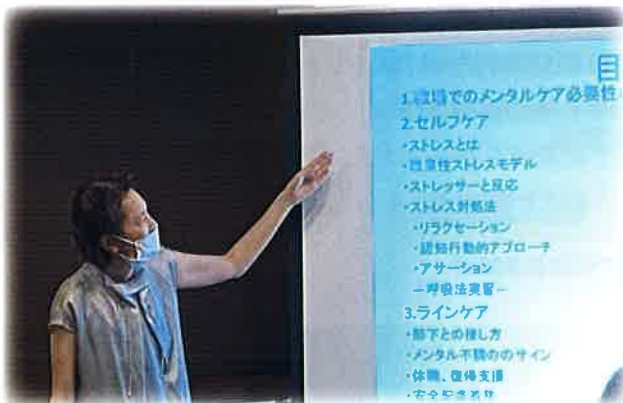
研修シリーズ③ 「職場のメンタルヘルス講座 ～セルフケア・ラインによるケア～」

令和5年9月28日（木）午後3時よりベルクラシック東京3階セミナーにおいて、東京都労働相談情報センター池袋事務所と共催で研修シリーズ③「職場のメンタルヘルス講座」を開催いたしました。講師に大塚栄一クリニック院長・産業医の大塚栄一氏と医師・労働衛生コンサルタントの岡島史佳氏お招きしました。

（参加者12名）



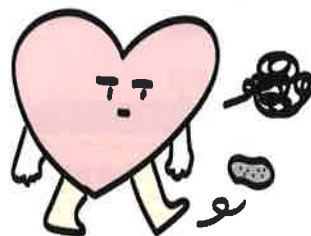
左手奥が講師の内田氏と岡島氏（左から）



丁寧に解説いただく

セルフケアでは働く人が自らストレスに気づき、ケアする知識と対処法を解説いただき、ラインケアでは事業主や上司が部下の異変にいち早く気づき、個別指導、面談、職場環境改善を通じてストレスの軽減等に取り組む方法を丁寧に解説いただきました。

終了後、会場に残り熱心に質問をされている方も居り、また、とても分かりやすかったとの感想も聞くことが出来ました。



講演内容

1. 職場でのメンタルヘルスケア必要性の背景
2. セルフケア
 - ・ ストレスとは
 - ・ 職業性ストレスモデル
 - ・ ストレッサーと反応
 - ・ ストレス対処法
3. ラインケア
 - ・ 部下との接し方
 - ・ メンタル不調のサイン
 - ・ 休職、復帰支援
 - ・ 安全配慮義務

創業大正10年

100年の感謝を胸に～Fire & Safety～次の100年へ

消防設備全般（設計・施工・点検・機器販売）

- 自動火災報知設備、インターホン設備等のリニューアル
- 特殊消火設備（ガス系、粉末系）の工事
- 各種避難設備、消火器各種
- 住宅用火災警報器
- 非常放送設備、避難設備
- 消防設備のリニューアルのご相談



チリカ 検索

中央理化工業株式会社

代表取締役社長 塚越 一弘

本社：豊島区巢鴨1-4-17 TEL:3946-7411

仙台・栃木・埼玉・東京・静岡・三重・愛知・熊本