

「働き盛いのメンタルヘルス講座」

ストレス社会といわれる近年、職場での不応や過労等により心の健康を損なう人が増加しています。我が国の自殺者数は平成10年以降おおむね3万人を超えるレベルで推移し、新潟県でも自殺者数（平成23年）が651人を数え、人口10万人あたりの自殺による死亡率は27.7（全国22.9）と、全国ワースト3位となっています。精神的に追い込まれた人に対するセーフティネットとして、地域や職域における自殺対策の強化、職場のメンタルヘルス対策が急務となっています。

この講座では、不調者が発する‘こころのサイン’の理解と、不調者に対する効果的なコミュニケーションなど、職場における不調者への対応を学ぶとともに、休職者が回復から復職にいたるプロセスについて、具体的な事例を通じて、職場における具体的な支援の実際と、支援機関の役割や活用方法を紹介します。

また、職場における不調者や休職者への対応について、それぞれの職場で実際に困っていることについて具体的なヒントが得られるよう、グループでの意見交換を行います。

この機会にぜひ、職場における心の健康づくりについて考えてみませんか！！

1 日時 平成24年12月17日（月） 13時30分から16時30分まで

2 内容

時 間	内 容
講義 13:30～14:10	「こころのサインの理解と効果的なコミュニケーション」 講師：田宮病院 臨床心理士 中山恵子氏
事例紹介 14:10～15:00	「職場復帰支援の実際」 講師：新潟障害者職業センター 障害者職業カウンセラー 金沢寛氏 JA越後中央 総務部人事課長 村越龍実氏
グループワーク 15:10～16:30	「不調者、休職者への対応と課題」 それぞれが職場で抱えている課題、悩みについて意見交換を行います。

3 会場 長岡市立劇場 大会議室（長岡市幸町2丁目1番2号）＊裏面案内図参照

4 対象者 事業所の管理監督者、人事・労務・安全衛生担当者、市町人事管理担当、保健福祉担当職員等（定員30名）

5 申込み 裏面参加申込書により12月11日（火）までにFAXで、お申し込みください。

申込先：新潟県長岡地域振興局健康福祉環境部（長岡保健所）

地域保健課

FAX：0258-33-4933

6 その他 定員を超えた場合、参加をお断りさせていただくことがありますのでご了承ください。

主催：新潟県長岡地域振興局健康福祉環境部 共催：新潟障害者職業センター・新潟県精神保健福祉センター
後援：長岡労働基準監督署・三条労働基準監督署・ハローワーク長岡・ハローワーク三条・長岡地域産業保健センター・三条地域産業保健センター・長岡商工会議所・見附商工会・出雲崎町商工会

問い合わせ先：新潟県長岡地域振興局健康福祉環境部（長岡保健所）
地域保健課 TEL 0258-33-4931 FAX 0258-33-4933

新潟県長岡地域振興局健康福祉環境部地域保健課 行
 〒940-0861 長岡市川崎町2711-1
 FAX 0258-33-4933
 (担当者:大原 TEL 0258-33-4931)

平成24年 月 日

事業所・機関の名称 _____

所在地 〒 _____

担当者: _____

連絡先 TEL: _____ E-mail: _____

「働き盛りのメンタルヘルス講座」参加申込書

事業所・機関名	職名	氏名

*送付文は不要です。ファクシミリ送信してください。

<会場案内図>

長岡市立劇場(長岡市幸町2丁目1番2号) 電話 0258-33-2211



- JR 長岡駅大手口 10 番線から乗車「市立劇場前」バス停下車、徒歩 0 分
- ・「南循環バス」内回り（市立劇場方面） ・「市立劇場経由」各方面行き（宮内本町行、宮内駅行、免許センター行）
- 長岡インターチェンジ（関越・北陸自動車道）から車で約 20 分。